Omraam Mikhaël Aïvanhov

NOUL PĂMÂNT
sau
REGULI DE AUR

PREFAŢĂ

Pentru a vă face să înţelegeţi mai bine cum îmi imaginez rolul meu de instructor, de pedagog, v-am spus că eu sunt ca un stăpân al casei care a invitat la masă multe persoane. Pentru a fi sigur că satisfac pe toată lumea, pun pe masa orice pot găsi ca fructe, legume, brânzeturi, etc. nu lipseşte nimic și fiecare dintre voi poate alege ceea ce-i convine, ce-i place. Bineînţeles însă că nu trebuie să vă credeţi obligaţi să mâncaţi tot ce-i pe masa, pentru c-aţi putea face o indigestie, v-aţi îmbolnăvi.

Este acelaşi lucru și cu **metodele pe care vi le prezint**, va propun tot felul de lucruri fiindcă ştiu ca nu aveţi toţi acelaşi caracter, aceleaşi dorinţe, aceleaşi facultăţi, aceasi putere de muncă, și deci **depinde de voi să alegeţi**; va fi periculos dacă încercaţi să le aplicaţi pe toate. Evident, trebuie să aveţi permanent pregătite în spirit numeroasele reguli pe care vi le-am dat pentru conduita vieţii cotidiene, pentru a nu vă rătăci și pentru a avansa în fiecare zi pe calea evoluţiei. **Dar nu încercaţi să faceţi toate exerciţiile, nici să aplicaţi toate metodele, pentru că vă dezechilibraţi**. Deci, iată, sunteţi preveniți, sunteţi ca în fața unei mese unde totul va este pus la dispoziţie, dar nu vă grăbiţi să înghiţiţi tot.

Luaţi câteva metode, patru, cinci, şase, şapte poate... și concentraţi-vă asupra lor ca să **faceţi un lucru de profunzime**.

Şi acum trebuie să adaug câteva cuvinte foarte importante din punct de vedere psihologic. Se poate întâmpla ca o metodă care v-a adus ieri lumina, uşurarea, curajul, să fie ineficace astăzi fiindcă vă aflaţi într-altă dispoziţie, deci ce-i de făcut? Ei bine, nu insistaţi, dar căutaţi o metodă convenabilă pentru astăzi și aici putem face o comparaţie cu hrana. O zi aveţi poftă de omletă sau de macaroane, iar a doua zi asta nu vă mai spune nimic; aveţi nevoie de peste sau de cartofi, sau numai de fructe și asta este foarte bine. Nu trebuie să mâncăm în fiecare zi la fel, organismul nostru are nevoie de hrană variată. Ştiu bine că exista popoare care mănâncă în fiecare zi aceeaşi hrană dar regimul lor este rezultatul unor condiții particulare și sunt obişnuiţi cu asta de secole. În orice caz**, depinde de voi să simţiţi dacă o metodă care a fost eficace ieri mai este şi astăzi**. Dacă simţiţi că ea nu mai este eficace, abandonați-o pentru moment, o veţi putea relua în altă zi.

Inteligența cosmică a prevăzut că fiinţa umană trebuie să se dezvolte în toate domeniile pentru a atinge într-o zi perfecţiunea. De aceea el nu se poate mulţumi să aibă mereu aceeaşi activitate. Pentru a avansa el trebuie să descopere și să experimenteze lucruri noi. Iată într-o zi câte activităţi aveţi? Vă utilizaţi succesiv creierul vostru, ochii, urechile, gambele, mâinile voastre, gura voastră și astfel vă instruiți, progresaţi. Organele voastre sunt mereu acolo, nu le schimbaţi; dar nu le folosiți pe toate odată, ci după împrejurări le faceţi să funcţioneze pe cele de care aveţi nevoie. La fel este și cu metodele pe care vi le

propun: trebuie să învăţaţi să vă serviți de ele raţional, după nevoile voastre.

RUGĂCIUNI

În anumite împrejurări, aceste trei rugăciuni sunt recitate în comun.

RUGACIUNEA DUMINICALĂ

Tatăl nostru care eşti în ceruri!
Sfinţească-se Numele tău;
Vie împărăţia Ta,
Faca-se voia Ta, precum în cer aşa și pe pământ.
Pâinea noastră cea de toate zilele da-ne-o nouă astăzi,
Şi ne iartă nouă greşelile noastre, precum și noi iertam greșiților noştri;
Şi nu ne duce pe noi în ispită,
Ci ne izbăvește de cel viclean
Căci a ta este împărăţia și puterea și slava
În vecii vecilor, AMIN!

RUGĂCIUNEA CEA BUNĂ

Doamne Dumnezeule, bunule nostru Tata din ceruri, care ne-ai dăruit viaţă și sănătate pentru ca să te adoram în bucurie,

Trimite-ne Spiritul Tău pentru a ne ocroti, a ne păzi de tot râul și de toate gândurile rele;

Învaţă-ne să împlinim voinţa Ta, să sfinţim Numele Tău, să te slăvim mereu.

Sfințește spiritul nostru, înalţă inimile și minţile noastre, ca să respectam poruncile și hotărârile tale.

Inspiră-ne gânduri curate prin prezența Ta Sfântă și condu-ne ca să te putem sluji în bucurie.

Binecuvântează viaţa pe care ți-o închinăm pentru binele suprem al fraţilor noştri și al aproapelui nostru.

Ajută-ne pe noi, veghează-ne, pentru ca să creştem din ce în ce mai mult în fiecare zi, în întreaga cunoaştere și înţelepciune, ca să rămânem în adevărul Tău.

Îndruma-ne, pentru ca tot ce întreprindem pentru Numele Tău Sfânt să contribuie la înfăptuirea Împărăţiei Tale pe pământ.

Hrăneşte sufletele noastre cu pâinea cerurilor și umple-ne cu forţa Ta pentru a putea reuşi în viaţă.

Şi fiindcă ne copleșești cu toate binecuvântările Tale, binevoiește și adaugă iubirea Ta, ca să rămână în veci legea noastră.

Căci a Ta este Împăraţia, Puterea și Slava, în vecii vecilor, AMIN.

PSALMUL 91

Cel ce stă sub ocrotirea Celui Prea Înalt,
Şi se odihneşte la umbra Celui Atotputernic,
Zice despre Domnul: „El este locul meu de scăpare și cetățuia mea,
Dumnezeul meu în care mă încred!”
Căci El te scăpa de lațul vânătorului, de ciuma și de pustiirile ei.
El te va acoperi cu penele Lui, și te vei ascunde sub aripile Lui.
Căci scut și pavăză este adevărul Lui!
Nu trebuie să te temi
nici de groaza nopţii,
nici de săgeata care zboară ziua,

nici de ciuma care umbla în întuneric,
nici de molima care bântuie ziua în amiaza mare.
O mie să cada alături de tine, și zece mii la dreapta ta, dar de tine nu se va apropia.
Doar vei privi cu ochii, și vei vedea răsplătirea celor rai.
Pentru că zici: „Domnul este locul meu de adăpost!”
Şi faci din Cel Prea Înalt turnul tău de scăpare,
de aceea nici o nenorocire nu te va ajunge,
nici o urgie nu se va apropia de cortul tău.
Căci El va porunci îngerilor Săi
să te păzească în toate căile tale;
și ei te vor duce pe mâini,
ca nu cumva să-ţi lovești piciorul de vreo piatră.
Vei păşi peste lei și peste năpârci,
şi vei călca peste pui de lei și peste şerpi.
„Fiindcă mă iubeşte - zice Domnul - de aceea îl voi izbăvi;
îl voi ocroti, căci cunoaşte Numele Meu.
Când Mă va chema,
îi vor răspunde;
voi fi cu el la strâmtoare,
îl voi izbăvi și-l voi proslăvi.
Îl voi sătura cu viaţă lungă,
și-i voi arăta mântuirea Mea”.

Cap. II - Programul zilei

DIMINEAŢA - RUGĂCIUNILE LA TREZIRE

Când vă treziți, trebuie mai întâi de toate să mulţumiţi Domnului, nimic altceva. Primele cuvinte care trebuie să le aveţi pe buze când va treziți să fie:

„**Iţi mulţumesc, Doamne, că tu mi-ai dăruit viaţa şi sănătatea**. **Umple-mi inima cu iubire şi dă-mi forţa să împlinesc voinţa Ta, pentru ca tot ce înfăptuiesc să fie pentru gloria Ta şi în numele Tău**!

AMINTIREA VISELOR

De îndată ce aţi mulţumit Cerului trebuie să căutaţi să vă amintiţi visele. **Dacă** faceţi din aceasta o obişnuinţă, veţi constata curând că deseori **v-a fost dat un program în timpul somnului**. Dar trebuie să faceţi asta imediat, în timp ce imaginile cele mai importante ale visului plutesc încă în creier, pentru ca mai târziu foarte rar vă mai puteţi aminti. Uneori, chiar în timpul zilei pot reveni în memorie, dar e mai bine să căutaţi să vi le amintiţi dimineaţa la trezire.

CUM SĂ NE RIDICĂM DIN PAT

Imediat apoi trebuie să vă sculaţi. Cel care rămâne mult timp în pat după trezirea sa este supus unor mari pericole psihice; va fi tentat întotdeauna de a rămâne într-o amorţeală, într-o beţie astrală unde plutesc anumite gânduri de lene și senzualitate. Aceasta este suficient pentru a distruge caracterul, a ucide voinţa și a le deforma pentru totdeauna. Această obişnuinţă crează un leneș, o fiinţă afundată numai în imaginaţia sa și purtată spre plăceri.

Trebuie să coborâţi din pat cu faţa, niciodată întorcându-vă; piciorul drept trebuie să fie primul pas pe podea. Fiecare mişcare pe care o faceţi la trezire trebuie să fie conştientă și executată corect. Aceste

detalii vă pot părea fără importanță, dar în realitate totul este semnificativ.

CUM SĂ NE SPĂLĂM

Odată sculaţi, trebuie să vă faceţi toaleta. Înainte să vă rugaţi, înainte să faceţi orice altceva, **trebuie să spălaţi mâinile şi fața, şi mai ales să nu vă atingeţi ochii înainte de a vă spăla pe mâini**. Este spus în Kabbala ca de îndată ce omul adoarme, un spirit impur se ataşează de corpul sau fizic și la trezire acest spirit rămâne încă agăţat mâinilor sale și feței sale. Deci, în **momentul când ne trezim, mâinile şi fața noastră sunt încă sub dominaţia acestui spirit impur** și de aceea nu trebuie să facem nimic până când nu înlăturăm acest strat fluidic de impurităţi care ne-a impregnat.

Trebuie să ne spălăm conştient și cu atenţie că este la fel de important a ne spăla ca și a ne hrăni. **Nu faceţi gesturi rigide sau dezordonate spălându-vă fața, fiindcă în domeniul eteric există o ordine foarte subtilă a particulelor şi gesturile bruşte deranjează această ordine**. Observaţi-vă și veţi vedea că spălându-vă în viteză **vă demagnetizaţi**.

Când vă spălaţi, concentraţi-vă asupra senzaţiei de prospeţime pe care apa o produce asupra pielii voastre. Această senzaţie vă va limpezi gândurile. Simţiţi că îndepliniţi un act sacru și spuneţi:

1. „Fie ca Iubirea Divină să-mi lumineze fața”.
2. „Aşa cum îmi spăl chipul meu fizic, aşa să se spele și chipul meu spiritual”.
3. „În numele Iubirii nemuritoare și eterne, în numele Înţelepciunii nemuritoare și eterne în care noi

trăim și existăm, fie ca această apă să mă elibereze de toate impurităţile”.

Şi vă rugaţi câteva minute.

SĂ BEM APĂ CALDĂ

Dacă bem dimineaţa, înainte de masă apă bine fiartă, vă purificaţi organismul. Apa fiartă este un remediu natural, inofensiv și foarte puternic. În organism se găsesc depozite pe care nu le putem elimina decât postind și bând apă foarte caldă, pentru că sub efectul căldurii țesuturile se dilată și circulaţia se ameliorează.

Încercaţi, și veţi vedea câte lucruri rele pot fi vindecate sau evitate grație folosirii cu regularitate a apei calde: migrenele, febre, lipsa apetitului, insomnie... Arterioscleroza provine din depozitarea anumitor substanţe pe peretele arterelor, care devin îngroşate. Bând apă foarte caldă, se produce dizolvarea unei importante cantităţi din aceste substanţe, țesuturile devenind mai suple.

MEDITAŢIA

Din 21 martie la 21 septembrie, Învăţământul F.B.U. preconizează discipolilor să asiste în fiecare dimineaţa la răsăritul soarelui.

Capitolul IX este consacrat acestei probleme.

Înainte de a intreprinde ce trebuie făcut, trebuie să vă aşezaţi în linişte pentru a introduce în voi pacea, pentru a vă pune în armonie cu Universul și a vă conecta la Atotcreatorul, consacrându-i, prin rugăciune și meditaţie, această zi care începe.

Iată un exercițiu de practicat în fiecare dimineaţă:

- Vă ridicaţi braţul drept, mina îndreptată în sus, proiectând cu ajutorul gândului mâna voastră astrală până la Tronul lui Dumnezeu, rostind: „Dumnezeul meu, tot ce am Iţi aparţine. Serveşte-te de mine pentru triumful și gloria Împărăţiei Tale. Voi împlini voinţa Ta. Fie ca dragostea Ta, Înţelepciunea, puterea Ta, să se manifeste în mine!”

Sunt zile când nu putem rosti aceasta formulă din toată inima, pentru că simţim în interior ceva care nu vrea să cedeze. Trebuie să ajungem să putem spune sincer aceasta formulă, nu din când în când, ci în fiecare zi.

Fericit este cel ce poate spune:

„Dumnezeul meu, sunt servitorul Tău, dispune de mine după voinţa Ta!”

EXERCIŢTIILE DE RESPIRAŢIE

Respiraţia este o formă de nutriție și aşa cum mâncăm trebuie să mestecăm încet, la fel când respirăm trebuie să „mestecăm” aerul. *Când inspirăm, trebuie să reţinem aerul mult timp până când plămânii (care sunt un fel de stomac) au asimilat complet substanţele nutritive. Dacă* eliminam aerul prea rapid, eliminăm în acelaşi timp toate aceste substanţe înainte de a putea reține toate aceste elemente utile.

DESCRIEREA UNOR EXERCIŢII

1. Astupați nara stingă și inspiraţi profund aerul prin nara dreaptă nemărind patru timpi.

2. Ţineţi-vă respiraţia 16 timpi.

3. Astupați nara dreapta și expiraţi prin nara stângă nemărind 8 timpi. Reîncepeţi exercițiul inversând:

1. Astupați nara dreapta și inspiraţi aerul prin nara stingă 4 timpi.

2. Ţineţi-vă respiraţia 16 timpi.

3. Astupați nara stingă și expiraţi pe dreapta 8 timpi.

Exercițiul se repeta de 6 ori pentru fiecare nara.

Cei care pot vor dubla timpii: 8-32-16.

Prin respiraţie profundă vă puteţi vindeca sistemul nervos și multe alte boli. Medicii vă vor prescrie injecţii de calciu, de iod, de sodiu etc. pentru a vă da elementele care vă lipsesc, în timp ce Iniţiaţii vă vor sfătui să luaţi aceste elemente în stare eterică prin respiraţie. Metoda este foarte simplă, *respiraţi concentrându-vă pe ideea că sunteţi pe cale să preluaţi remediul care vă lipseşte*. Da, fiindcă organismul ştie foarte bine de ce are nevoie, el conţine o întreagă echipă de chimişti perfect competenți, capabili să extragă din aer substanţele necesare.

Iată de ce discipolul nu trebuie să caute neapărat medicamentele la farmacie. El *respiră cu dragoste și cu convingerea absolută* ca este pe cale să extragă din spaţiu elementele care-i sunt necesare.

Dar *prin respiraţie* veţi putea de asemenea să *extrageţi forţa și particulele din lumea superioară, adică lumină, pace și toate elementele vivifiante.* Deci, când respiraţi trebuie să încercaţi să atrageţi elementele spirituale de care aveţi nevoie, în funcţie de starea în care vă aflaţi.

CITEVA EXEMPLE DE EXERCIŢII

1.**<u>Exerciţiu</u>:**

Alegeţi patru virtuţi pe care aţi dori în mod special să le aveţi.

a) Inspirând 4 timpi, pronunţaţi mental numele celor 4 virtuţi, câte una în fiecare timp.

b) Reţineţi-vă respiraţia 16 timpi, repetaţi de 4 ori aceste nume.

c) Expirând, spuneţi: „Elimin din mine...” pronunţând numele defectelor contrare celor 4 virtuţi pe care le-aţi ales.

2. **<u>Exerciţiu</u>:**

a) Inspirând, gândiţi: „Iţi mulţumesc Doamne, că mi-ai permis să primesc odată cu acest aer pur, viața divină pe care Tu ai pus-o în el”.

b) Reținând respiraţia: „Fie ca această viaţă divină să pătrundă în tot corpul meu și să-i aducă viaţa și sănătatea”.

c) Expirând: „Voi manifesta această viaţă pe care am primit-o în toate acţiunile mele pentru gloria lui Dumnezeu”.

3. **<u>Exerciţiu</u>:**

a) Inspirând: „Dumnezeul meu, sfințească-se numele Tău în mine”.

b) Reținând respiraţia: „Dumnezeul meu, fie ca Împăraţia Ta și dreptatea Ta să se împlinească în mine”.

c) Expirând: „Dumnezeul meu, fie ca voinţa Ta să se împlinească prin mine”.

4. **<u>Exerciţiu</u>:**

a) Inspirând: repetaţi de două ori numele a patru virtuţi.

b) Expirând: gândiţi ca Îngerii celor patru elemente vă eliberează de impurităţile voastre. Îngerul focului în creier, Îngerul aerului în plămâni și în inima, Îngerul Apei în stomac, abdomen și sex, Îngerul pământului în tot corpul.

EXERCIŢIILE DE GIMNASTICĂ

Descrierea unor exerciții de gimnastică precum și explicaţiile privitoare la acestea sunt redate la sfârşitul volumului.

MESELE

La începutul și la sfârşitul fiecărei mese, discipolii Fraternităţii Universale vor recita de trei ori formula bulgară: **„Iubirea lui Dumnezeu rezolvă toate problemele”**.

SFATURI PENTRU DESFĂŞURAREA UNEI ZILE CUM SĂ TRĂIM BINE CELE 24 ORE PREZENTE

Întregul vostru destin este înscris în viaţa pe care o duceţi astăzi, în direcţia pe care o daţi astăzi gândurilor și sentimentelor voastre, în activităţile unde vă cheltuiți astăzi energiile voastre. Ca urmare a faptului că sunteţi atenţi și vigilenţi sau nu, vă curăţaţi terenul pentru viitor sau din contra, îl încărcaţi cu tot felul de lucruri inutile sau chiar nocive care împiedică buna voastră dezvoltare.

Acesta este sensul cuvintelor lui Iisus când spunea să nu ne gândim la ziua de mâine, pentru ca dacă în

fiecare zi vegheaţi ca în comportamentul vostru totul să fie corespunzător, ziua de mâine va fi complet degajata și veţi fi liberi să întreprindeţi tot ce doriți, rămânând vigilenţi pentru a nu lăsa nimic să treneze. Numai astfel fiecare zi vă va găsi bine dispuşi, pregătiţi să respiraţi, să studiaţi, să vă bucuraţi, să cântaţi și toată viaţa va căpăta o culoare extraordinară de fericire și de binecuvântare. Iată cum trebuie să înţelegem. Numai veghind cum să ne rezolvam totul astăzi, vă gândiţi indirect la ziua de mâine. *Nu va gândiţi deci de loc la ziua de mâine, gândiţi la cea de astăzi*.

Dacă totul este aranjat pentru astăzi, va fi și pentru mâine, automat. Şi cum totul este înscris, odată ce ați trăit o zi splendidă, o zi de viaţă eternă, ea este înregistrată, ea nu moare, ea rămâne vie și are misiunea să antreneze toate celelalte zile, să o urmeze pentru ca să-i semene. *Încercaţi cel puţin să trăiţi bine o singura zi, pentru ca ea le va influenta pe celelalte; ea le va vorbi să le convingă să fie ca ea, echilibrate, ordonate, armonioase.*

Cum încă n-aţi studiat aspectul magic al acestei probleme, vă spuneţi: „Ah, o zi, ce-ar putea face asta? Am trăit în dezordine, dar mâine va fi mai bine”. Da, va fi mai bine cu condiția să faceţi imediat efortul de a restabili ordinea. Dacă nu, se va întâmpla ca în anumite jocuri de la iarmaroc: cu o minge dărâmăm o cutie sau un popic care, în căderea sa, antrenează după sine o altă serie.

SĂ NE SUPRAVEGHEM PERMANENT

Întrebam pe câte cineva: „La ce vă gândiţi? - Nu ştiu!”. Nu s-a observat niciodată și atunci, indiferent ce

curent circulă prin el - murdării, imagini înfricoșătoare - este inconştient! Cum ar putea în aceste condiții să lucreze pe baze solide?

Se spune în Evanghelii: „Fiți vigilenţi, pentru că diavolul, ca un leu care rage, este gata să vă sfâșie”. Bineînţeles, voi nu vedeţi nici leul, nici diavolul în planul fizic, dar în domeniul interior sunteţi ameninţaţi. *Acolo există dorinţe, proiecte, pasiuni, tentaţii care vor să vă distrugă și dacă nu sunteţi luminat și atent, veţi putea atrage nenorociri.*

Nu este suficient să evitam să cădem, să ne rânim sau să spargem ceva; *trebuie de asemenea să evitam să încălcam legile lumii invizibile*. Există în planul psihic mecanisme pe care le declanşăm fără să ştim, entităţi pe care le deranjam, legi pe care le încălcăm și imediat suferim consecinţele, suntem pedepsiți.

Cel mai important aspect pentru discipol este deci să înţeleagă că trebuie să se supravegheze, să fie vigilent, atent, pentru a cunoaşte în fiecare clipă natura celor ce se petrec în el: curentele, dorinţele, gândurile care-l traversează, influentele, impulsurile, pe care le simte. Lucrând astfel conştient, hrănind un ideal foarte înalt, se leagă de Entităţi și Inteligente supreme care vor veni într-o zi să se instaleze în el și să-l facă capabil să-și asume sarcini grele și să triumfe în numeroase dificultăţi.

SĂ ŞTIM SĂ NE ORIENTĂM ENERGIILE

În marea carte a naturii vii, puteţi citi că este de o importanță absolută, pentru evoluţia fiecărei fiinţe, să *ştie cum să-și cheltuiască energiile, în ce domeniu și în ce activitate să le utilizeze.*

Aceste energii i-au fost numărate, cântărite, măsurate și el este responsabil de ele. **Cerul nu i-a dat aceste energii ca să le risipească**; tot ceea ce face este notat, înscris. Deci, în cartea naturii vii veţi putea citi următoarele: „Prea fericiți cei care-și consacră și utilizează toate energiile lor fizice, afective și mentale pentru binele umanităţii, pentru Împăraţia lui Dumnezeu și dreptatea Sa”.

Dacă va risipiți energiile voastre în furie, într-un exces de senzualitate, în activităţi egoiste și criminale, *ele vor alimenta Infernul*. Pentru că oamenii sunt cei care, prin ignoranta lor, contribuie la susţinerea și hrănirea Infernului; ei sunt extraordinar de instruiți în toate ştiinţele dar n-au auzit niciodată vorbindu-se de responsabilitatea lor în utilizarea propriilor energii.

Una din primele sarcini ale discipolului este de *a se întreba* dacă este pe cale să-și folosească *energiile într-un scop egoist sau într-un scop divin*. Totul este aici. Dacă **vă puneţi clar această întrebare în fiecare zi,** câte lucruri veţi putea ameliora în voi înşivă! Bineînţeles, nu veţi reuşi imediat, dar veţi învăţa astfel să fiți conştienţi; dacă nu, **veţi rămâne supuşi kharmei**, destinului. **NU uitaţi asta niciodată**.

În tot ce vă spun există puncte asupra cărora trebuie să vă opriți în fiecare zi, și altele numai atunci când circumstanţele vă permit. Veţi putea deci lăsa multe alte lucruri la o parte dar niciodată pe aceasta. În fiecare zi vi se cere să fiți conştienţi, să vă daţi seama în fiecare clipă de modul cum vă cheltuiți energiile. Cu atât mai mult cu cât veţi putea face asta oriunde: pe stradă, în metrou, la dentist, în bucătăria voastră, veţi putea arunca o privire în voi înşivă și să vă întrebaţi: „Ia să vedem, dacă mă angajez în

activitatea cutare sau cutare, ce voi cheltui? Este util?” Lucrul căruia îi consacrăm energiile noastre este un punct esenţial, niciodată nu vom insista suficient asupra acestei probleme.

SĂ ŞTIM SĂ ECONOMISIM

Viaţa interioară, ca și viaţa exterioară, este sursa unor alternante: câteva zile fertile, apoi câteva sterile, din nou câteva zile fertile...Cel care nu ia nici o precauţie este ca una din fecioarele nebune de care vorbeşte Evanghelia și când se simte golit, deposedat, strigă: „Am pierdut tot, nu mai am nimic, nici inspiraţie nici bucurie!”. În loc să fie inconştienţi și să-și risipească bogăţiile sale în timpul zilelor favorabile, trebuie să prevadă că mai devreme sau mai târziu va veni o perioadă dificilă și să-și păstreze provizii, adică energii prevăzute pentru această perioadă.

Deci, când vă bucuraţi, nu mergeţi chiar până la capătul acestei bucurii, economisiți-o un pic, altfel veţi plânge curând. Bucuraţi-vă dar fără să depăşiţi o anumită limită. Dacă nu respectaţi această regulă, veţi fi ca un beţiv care bând prea mult dintr-o dată, merge pe străzi clătinându-se, se loveşte de un perete, simte că e un obstacol, se retrage dar...hop! peretele din fața îl primeşte și aşa mai departe. Cei doi pereţi îşi trimit unul altuia pe bietul beţiv. Nu trebuie să atingem niciodată extremele. O extremă vă va împinge întotdeauna către cealaltă extremă și continuu alternând de la una la alta, vă pierdeţi toate energiile voastre.

RAPORTUL DINTRE OM şi CELULELE SALE

După ştiinţa Iniţiatică, o celulă este o creatură vie, un mic suflet inteligent care ştie cum să respire, să se hrănească, să producă secreţii, proiecţii... Priviţi cum lucrează celulele stomacului, creierului, inimii, ficatului, organelor sexuale: ele sunt cu adevărat specializate. *Ansamblul tuturor acestor creaturi, suma activităţilor lor, este inteligenţa noastră*. Inteligenţa noastră se bazează pe inteligenţa acestor toate mici celule: noi depindem de ele şi ele de noi, formăm o unitate. În planul fizic, noi nu putem face nimic fără consimţământul celulelor noastre, ziua în care se vor opri din lucru, funcţionarea organismului este perturbată: nutriţia, eliminarea, respiraţia...

Omul este sinteza tuturor inteligenţelor care sunt acolo, aşezate în el. *De aceea trebuie să capete obiceiul de a vizita celulele sale, să vorbească acestui popor care este acolo, îl asculta şi care aşteaptă, este la dispoziţia sa dar pe care el le-a neglijat*, abandonat şi de care aproape îşi bate joc. Cel care fumează, de exemplu, sau care bea fără măsură, deranjează aceste frumoase suflete care locuiesc în plămânii sau în inima sa şi ele plâng, îl imploră să se oprească, dar ele continua să le violenteze, până la provocarea unei boli.

Trebuie deci să vă arătaţi foarte atent şi plin de dragoste pentru propriul vostru popor; în acel moment când ceva nu este în regulă, el vă previne prin anumite semne la care trebuie să vă luaţi precauţii, evitând astfel multe incoveniente. Altfel, nimeni nu vă previne şi, în ultimul moment, *când nu mai e nimic de remediat, vă întrebaţi cum se face că n-aţi primit nici un semnal avertizor. Dacă* veţi şti însă cum să vă conduceţi în raport cu celulele voastre, ele va vor preveni de cele mai mici lucruri, pentru că ele vă iubesc..

Gândurile și cuvintele frumoase pe care le trimiteţi fiecărui organ și membru al vostru produc modificări benefice. Dacă în fiecare zi, timp de câteva minute, vă obişnuiţi să vă gândiţi la celulele voastre și să le vorbiți, vă veţi putea ameliora sănătatea voastră.

Faceţi de exemplu acest **exercițiu**: plasaţi-vă mina pe plexul solar, și în acesta poziție adresaţi-vă celulelor voastre: cereţi-le să remedieze tot ce nu merge în voi, dar mulţumiţi-le de asemenea pentru treaba lor buna. Ele vă vor înţelege pentru că plexul solar dirijează toate procesele inconştiente ale organismului: secreția, creşterea, circulaţia, digestia, eliminarea, respiraţia... Veţi putea astfel să vorbiți celulelor voastre, să fiți înţeleşi de ele și aceasta cu atât mai mult cu cât credinţa și puterea gândului vostru vor fi mai mari.

CUM SĂ NE SPIRITUALIZAM TOATE ACTIVITĂŢILE

Mulţi îşi imaginează că pentru a fi spiritualizat, trebuie să se consacre meditaţiei și rugăciunii. Nu, indiferent de muncă, chiar spirituală, devine extrem de prozaică când nu introducem în ea o idee sublimă, un ideal superior și invers, indiferent de munca prozaică poate fi spiritualizată dacă ştim să introducem în ea un element divin.

Spiritualitatea nu constă în a refuza orice activitate fizică, materială, ci a face totul în vederea luminii, prin lumina și pentru lumină. Spiritualitatea este ştiinţa de a utiliza orice muncă pentru a ne înălţa, a ne armoniza, a ne lega de Dumnezeu. Oricare ar fi ocupaţiile noastre, chiar numai pentru 1 – 2 minute, *trebuie să vă obişnuiţi să restabiliți de mai multe ori pe zi legătura cu Dumnezeu.* **Nu durata concentrării contează ci**

intensitatea ei. Vă veţi concentra astfel un moment, apoi vă veţi opri; puţin mai târziu vă veţi concentra iar un moment, etc...

Dacă vă exersaţi, să restabiliți constant legătura cu Dumnezeu, veţi reuşi în tot ce veţi întreprinde, mult mai bine ca înainte. Când ne legăm de Dumnezeu înainte de fiecare activitate, fiecare ocupație, Eternitatea îşi pune pecetea pe tot ce facem. **Trebuie deci să vă legaţi constant de El, oriunde ați fi, numai astfel fiecare dintre acţiunile voastre se vor impregna de o influență celestă**...

Faceţi exercițiul următor: **la fiecare oră**, pronunţaţi formula:

„Glorie Ţie, Doamne!” și îndreptaţi-vă gândul către Dumnezeu. Începeţi să faceţi acest exercițiu, de 12 ori pe zi, consultându-vă ceasul. Mai târziu, când va deveni obişnuinţă, va fi pentru voi atât de preţioasă încât nimic nu va putea exprima bucuria pe care aceasta formula v-o aduce.

Când mergeţi, puteţi pronunţa, schimbând succesiv piciorul drept și piciorul sting: înţelepciune, iubire... înţelepciune, iubire...

Când spălaţi vasele, când măturaţi etc, puteţi spune: „Doamne, aşa cum spăl aceste farfurii, spală-mi sufletul”... „Cum curăț această podea, curăță-mi inima de impurităţile sale”... etc. *Indiferent de sarcina pe care o îndepliniţi, vă puteţi lega de iubire, de înţelepciune, de adevăr* pentru că aceste principii să participe la activităţile voastre dându-le viaţă. De exemplu, în timp ce mâncaţi, spuneţi: „Mănânc prima înghițitură pentru iubire, a doua pentru înţelepciune, a treia pentru adevăr”... Când vă îmbrăcaţi dimineaţa, pe măsură ce vă luaţi câte un veșmânt, spun „Pentru iubire, pentru înţelepciune, pentru adevăr... și nu va

strica dacă adăugaţi: pentru puritate... pentru dreptate... pentru fericire...”

Gândul fiind ocupat cu aceste virtuţi, declanşaţi forțe sublime care pun la lucru. *Când preparaţi un prânz, gesturile voastre să fie magice. Puteţi deci prepara mâncarea spunând: „Iată iubirea, iată înţelepciunea, iată adevărul*”. și cel care va mânca această masă va fi iluminat.

Când atingeţi sau deplasaţi obiectele, faceţi-o ca şi când tot corpul este gata să cânte şi să danseze şi veţi vedea că armonia gesturilor voastre se va reflecta asupra voastră toata ziua. Oamenii dau lovituri de picior mobilelor, trântesc uşile, aruncă scaunele, fără a înţelege ca modul în care el face aceste lucruri îl aduce în aceasta stare. Dar încercaţi într-o zi când sunteţi nervos, coleric și spuneţi: „Ah! este momentul de a face exercițiile”. și luaţi atunci un obiect, dăruiţi-i câteva mici dezmierdări, chiar apa, cu gentileţe, și în acel moment veţi simţi deja că transformaţi ceva în voi, că vă schimbaţi curentele.

IMPORTANŢA ARMONIEI

Meditaţi în fiecare zi asupra armoniei, iubiți-o, doriți-o pentru a introduce în fiecare din gesturile, privirile, cuvintele voastre. Dimineaţa, la trezire, gândiţi-vă să începeţi ziua acordându-vă cu lumea armoniei universale... Când intraţi într-o casa, primul vostru gând trebuie să fie: „**Fie ca armonia şi pacea să domnească în această casă!”**

Impregnaţi-vă necontenit de cuvântul „armonie”, păstraţi-l în voi ca pe un fel de diapazon și deîndată ce vă simţiţi puţin neliniştit sau tulburat, luaţi acest

diapazon, ascultaţi-l și nu faceţi nimic înainte de a vă acorda din nou întreaga voastră fiinţă. Armonia se afla la baza oricărui succes, oricărei realizări divine. Înainte de a intreprinde orice, învăţaţi să vă concentraţi asupra armoniei și veţi putea atunci realiza lucruri care vor da rezultate pentru eternitate.

INVĂŢAŢI SĂ MULTUMIŢI

Oamenii sunt ingraţi față de Creator, ingraţi faţă de întreaga natură și chiar unii față de alţii. Ei nu cunosc faptul ca *gratitudinea, recunoştinţa sunt forte necunoscute care dezintoxică organismul și neutralizează otrăvurile*.

Faceţi acest exercițiu: **încercaţi să mulţumiţi întreaga zi**. Da, toata ziua, repetaţi: „Mulţumesc... mulţumesc... mulţumesc...”. Veţi spune: dar ne vom pierde timpul! Din contra, în acest moment veţi cîştiga! *Prima sarcină a discipolu*lui care doreşte să se perfecţioneze *este să înveţe recunoştinţa* pentru ca în această manieră va obţine într-o zi cheia transformării materiei, a propriei sale materii.

SEARA

Dimineaţa este legată de seara precedentă, seara este legată de dimineaţa care va urma. Fiecare din acest moment trebuie pregătit dinainte. *Este foarte important ca seara, culcându-vă, să nu plecaţi oricum în cealaltă lume, pentru că acolo trebuie să vă prezentaţi în fața unor fiinţe foarte elevate, foarte luminoase.* Trebuie deci să vă purificaţi, să vă curăţaţi, să vă pregătiţi pentru această călătorie.

CUM SĂ VĂ SPĂLAŢI

Înainte de a vă culca, trebuie să vă *spălaţi*, bineînţeles, *dar nu fata*, căci astfel *va înlăturaţi toate fluidele care vă protejează și vă magnetizează*. În cazul în care ați făcut munci în care v-aţi murdărit, treceţi peste față o mânușă de toaletă, umedă, dar nu vă spălaţi cu multă apă. Spălaţi-vă capul, mâinile, picioarele, dar nu fața.

Pentru picioare e chiar indicat a le spăla în fiecare seară în **apa cea mai caldă** pe care o puteţi suporta, pentru ca o baie a picioarelor are o influență bună asupra plexului solar. Nu este necesar să vă ţineţi picioarele mult timp în apă, dar faceţi-o conştient și chiar vorbiți-le în timp ce le spălaţi. *Le puteţi spune*: „Dragele mele picioare, niciodată până acum nu am fost atent cu voi care suportaţi toată greutatea corpului meu și mă conduceţi peste tot unde vreau să merg. Înţeleg acum toate serviciile pe care mi le faceţi și de-acum încolo vă voi fi mai recunoscător pentru umilinţa și răbdarea voastră.

PREGĂTIREA PENTRU SOMN
IMPORTANŢA ULTIMULUI MOMENT

Un discipol dă importanță modului în care adoarme, pentru că noaptea e cea care determină ziua următoare. Deci, înainte de a se culca, se leagă de lumea invizibila, *lasă la o parte tot ceea ce l-a tulburat în cursul zilei*, griji, nelinişti, supărări, el *se gândeşte la erorile pe care le-a putut comite pentru a le repara în timpul nopţii și el se abandonează în sfârşit Îngerului morţii* - este numele pe care Cabala îl da Îngerului somnului- pentru ca în fiecare seara noi murim și în

fiecare dimineaţa reînviem. A dormi, a părăsi corpul fizic pentru a merge în cealaltă lume, este un exercițiu pe care-l practicam zilnic cu scopul de a fi gata pregătiţi pentru o zi când va trebui cu adevărat să plecam în cealaltă parte. Cel care nu ştie cum să adoarmă, nu va şti mai bine cum să moara.

Nu există nici o diferenţă între a adormi și a muri, în afară de faptul că, atunci când murim, părăsim definitiv casa pe care o locuiam. În timpul somnului o părăsim de asemenea, dar rămâne o legătură care ne reține în această casă.

Presupuneţi că astăzi ați fost fericit, bine dispus. Dar dacă în momentul adormirii ați început fără a şti de ce, să aveţi gânduri de tristeţe, de descurajare, a două zi, la trezire, veţi fi uimit să constataţi că ceea ce a fost frumos în trăirea voastră din ajun a dispărut complet și că a rămas în loc doar o senzaţie dezagreabilă. Puteţi deci constata că ultimul moment a fost mai important, mai semnificativ ca întreaga zi. Presupuneţi, din contra, ca ați avut o zi destul de proastă, dar că înainte de a vă abandona somnului, veţi reuşi, prin rugăciuni și gânduri bune, să adormiți în pace. Aceste ultime momente curăţă totul în voi, vă purifică, cu atât mai mult cu cât a două zi vă veţi trezi cu intenţii bune și proiecte bune.

Există în om lucrători care utilizează tot ce el a gândit la frontiera dintre veghe și somn, fiindcă gândurile activează diferite forțe. Deci feriți-vă, nu adormiți cu gânduri rele, pentru ca ele vor distruge tot ce ați acumulat bun în timpul zilei. În timp ce, dacă adormiți cu gânduri bune, ele vor ameliora totul în voi și a doua zi veţi fi uimit să vedeţi în ce stare de pace și lumină vă veţi trezi.

Evident, nu trebuie totuşi să gândiţi că puteţi trăi oricum în timpul zilei şi faceţi o rugăciune înainte de a adormi sau că în momentul morţii vă puteţi şterge toate acţiunile necorespunzătoare din timpul vieţii. Nu, pentru că acţionând astfel veţi avea întotdeauna toţi diavolii cu voi. Dar este totuşi foarte important ca înainte de a adormi să reuşiţi să vă calmaţi, să vă echilibraţi, să vă purificaţi.

Dacă se întâmpla să visam în timpul nopţii că comitem acte reprobabile pe care nu le-am face în stare de veghe, este că nu ştim să ne pregătim pentru somn. Înainte de a adormi trebuie să ne pregătim pentru o călătorie sacră care va da rezultate într-un viitor mai mult sau mai puţin apropiat.

Se spune în Cabbala că în timp ce omul adoarme, un spirit impur se ataşează corpului sau fizic pentru a-i sugera anumite idei, anumite dorinţi. Acest spirit impur voiește să stăpânească corpul său pentru că el posedă o mare rezervă de forțe. *Pentru a vă apară* de acest spirit impur, trebuie să *rugaţi Cerul să vă trimită un Înger* care vă va păzi de el și care vă va conduce la şcoala Domnului pentru a studia acolo Iubirea și Înţelepciunea. Astfel, în timpul nopţii veţi avea tot timpul un paznic care se va roti în jurul corpului vostru pentru a împiedica spiritul răului să vă ia în posesie.

Sădiţi în voi un gând bun seara, culcându-vă și lăsaţi acest gând bun să lucreze în timpul nopţii. Nu vă culcaţi niciodată cu un gând negativ în minte, pentru că în timpul nopţii va face ravagii în subconştientul vostru. Dacă înainte să adormiți sunteţi invadaţi de nelinişti nu rămâneţi în pat, sculaţi-vă, aprindeţi lampa, faceţi câteva exerciții de respiraţie sau o rugăciune sau citiţi o pagină de gândire înaltă și apoi culcaţi-vă din nou. Dacă aceasta stare reapare la un moment dat,

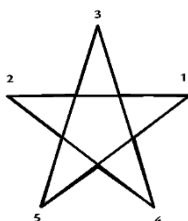
sculaţi-vă a două oară și reîncepeţi. În orice caz să ştiţi că nu puteţi lupta eficace rămânând întins. Veţi spune că, dacă vă sculaţi, vă va lua frigul și că puteţi lupta prin gând rămânând în pat la cald. Nu, doar când sunteţi extrem de puternic va puteţi apăra! în poziție orizontală sunteţi mai pasiv și mai puţin puternic. Din contra, vertical, aveţi mai multe forte și posibilităţi pentru a acţiona.

EXERCIŢII şi RUGĂCIUNI

Maestrul Peter Deunov a indicat o formulă pentru a o recita în momentul culcării: se recită aplicând palma mâinii drepte la nivelul plexului solar și cu dosul mâinii stângi aşezate în spate, tot la nivelul plexului solar. Aceasta formula este următoarea:

Dumnezeu este în mine Lumina
Îngerii simt căldura
Oamenii sunt bunătatea
Dumnezeu este în mine lumina
Spiritul meu este căldura
Eu sunt bunătatea

Mai puteţi spune încă: **„Dumnezeul meu, îngăduie-mi în această seară să merg la şcoala Ta de Iubire, de înţelepciune şi de adevăr, pentru a învăţa să servesc cel mai bine cauza Ta, pentru ca Împăraţia Ta şi Dreptatea Ta să coboare pe pământ”**. Rămâneţi câteva minute în meditaţie, apoi trasați cu mâna dreaptă un pentagon în aer și va culcaţi.



ORIENTARE şi POZIŢIE

Poziția în care *dormim* este de asemenea foarte importantă. Este mai întâi recomandat să *avem capul la Nord sau la Est*. Este deasemenea recomandat să *nu dormim pe abdomen, nici pe spate*, fiindcă deșeurile se acumulează în coloana vertebrală, *nici pe partea stângă* din cauza inimii.

Cea mai bună poziție este pe partea dreaptă deoarece deșeurile se acumulează în ficat care este cel mai potrivit să le elimine. Putem apoi să ne schimbăm poziția în timpul nopţii, dar este preferabil să adormim pe partea dreaptă.

INSOMNIA

În loc să luptaţi ore întregi împotriva insomniei, forțându-vă să închideţi ochii pentru a adormi, propuneți-vă ideea că v-aţi decis să vegheaţi. Sculaţi-vă, începeţi să lucraţi ceva și rămâneţi în contact acolo până simţiţi că soseşte liniştea.

Sau *rămâneţi culcat, dar ţineţi ochii deschişi în întuneric* cu intenţia fermă de a rămâne astfel toată noaptea, cu conştiinţa trează; veţi constata că sunteţi pe cale să ațipiți. În acel moment treziți-vă și forţaţi-vă să păstraţi ochii larg deschişi. Numai astfel somnul va veni foarte repede, în timp ce dacă încercaţi să închideţi ochii, nu veţi reuşi să adormiți.

Alte metode:

a) Băutul de apă caldă.

b) Masarea plexului solar în sens invers acelor de ceasornic.

SENSUL SOMNULUI PENTRU DISCIPOL

Adevăratul discipol îşi părăseşte corpul pentru a-l întâlni pe Maestrul sau în apropierea căruia continua să se instruiască. El citeşte cărţile cele mai ascunse în bibliotecile Universului și asistă la ceremonii grandioase de care îşi aminteşte uneori, cu toate că creierul uman nu este pregătit pentru a păstra memoria unor astfel de lucruri.

Această amintire lasă în inima sa o senzaţie atât de dulce, că trezindu-se îşi spune: „Oare unde am fost în aceasta noapte? Ceea ce am văzut era aşa de frumos!” **A dormi devine un act sacru, când se culcă cu intenţia de a merge să studieze în cealaltă lume, fiindcă numai acolo se primeşte adevărata inițiere**.

NUTRIŢIA

Dimineaţa, la prânz și seara, fiecare trebuie să se gândească să mănânce pentru a-și păstra viaţa și sănătatea. Dar numai Iniţiaţii s-au oprit de mult timp asupra acestei chestiuni foarte importante, dezvăluind numeroase aspecte ale nutriției pe care majoritatea oamenilor le ignoră, fiind pentru ei cauza a tot felul de anomalii.

IMPORTANŢA ATITUDINII

Înainte de a mânca, gândiţi-vă întotdeauna *să vă spălaţi pe mâini.* Apoi străduiţi-vă să intraţi într-o stare de *pace și calm, conștientizând că veţi primi elemente preparate în marele laborator al naturii*. Vă reculegeţi, intraţi în legătură cu Creatorul, faceţi o scurtă rugăciune și numai apoi, în pace sufletească și linişte

începeţi acest proces de cea mai înaltă magie albă: nutriția.

ROLUL MASTICATIEI

Trebuie să mestecam alimentele cât de mult este posibil, până când dispar din gura fără măcar a le fi înghiţit. *Gura*, cea care primeşte prima hrana, *este laboratorul cel mai important, cel mai spiritual*. Urmează stomacul, pe planul secund. În gură se realizează procesele cele mai subtile, pentru că ea absoarbe particulele eterice, în timp ce elementele cele mai grosiere coboară imediat în stomac. De altfel, înainte chiar ca hrana să fie absorbită, digerată și distribuită în organe, omul se simte deja fortificat; aceasta dovedeşte ca *înainte ca stomacul să primească hrana, gura a absorbit elementele eterice care au alimentat sistemul nervos.*

ALIMENTAŢIA CORPURILOR SUBTILE

A ne hrăni, este mai întâi de toate a extrage conştient din hrana elementele care vor constitui materialele necesare edificării corpului nostru fizic. Deoarece omul nu este format numai dintr-un corp fizic ci posedă și alte corpuri, mai subtile, important este ca el să cunoască cum să-și hrănească aceste corpuri subtile care sunt deseori subalimentate din cauza ignorantei sale. Într-adevăr, dacă aproape toţi ştiu ce hrană să dea corpului lor fizic, nu ştiu să-și alimenteze celelalte corpuri: corpuri eteric (sau corpul vital), corpul astral (sediul emoţiilor) și corpul mental (sediul gândului).

1. CORPUL ETERIC

Trebuie bine masticate alimentele, dar masticația este pentru corpul fizic. *Pentru corpul eteric trebuie adăugată respiraţia.* Deci, mâncând, trebuie să vă *opriți din când în când și să respiraţi profund pentru a permite corpului eteric să rețină din hrană particulele cele mai subtile.* Numai respiraţia profundă permite acest proces. Dar, dacă se vorbeşte în timp ce se înghite hrana rapid și automat, ritmul respirator corect este perturbat, reacţiile fizico-chimice nu se fac normal și apare o stare de greutate, de rău, care dovedeşte ca nu s-a mâncat corect. Pentru a se hrăni corpul eteric trebuie să se mănânce în linişte.

2. CORPUL ASTRAL

Deoarece *corpul astral se hrăneşte cu sentimente și emoţii* care sunt făcute dintr-o materie și mai subtilă și mai pură decât particulele eterice, putem *să-l hrănim având sentimente de dragoste pentru această hrană care a fost pregătită în atelierele Domnului*. Dacă corpul astral a absorbit aceste elemente, are toate posibilităţile să trezească sentimente de o factură foarte înaltă: dragoste către toţi oamenii, senzaţia de a fi fericit, în pace și armonie cu natura.

După ce corpul astral și-a primit hrana, încercaţi o senzaţie de bine, va simţiţi generoşi și în situaţiile pe care le aveţi de rezolvat vă arătaţi larg, răbdător, binevoitor, ştiţi să faceţi concesii. Dimpotrivă, dacă corpul astral n-a fost hrănit, pentru ca ați mâncat bombănind, criticându-i pe ceilalţi, supărându-vă, vă veţi manifesta imediat cu acreală, nervozitate și parțialitate sau dacă aveţi probleme dificile de

rezolvat, balanţa va inclina totdeauna de partea negativă și nejustă. Imediat căutaţi scuze spunând: ce vreţi, sunt nervos! Pentru a vă calma veţi cumpăra medicamente de la farmacie, dar veţi continua să vă simţiţi nervos atâta timp cât veţi ignora ca modul în care mâncaţi este de o extremă importanță pentru bunul vostru echilibru fizic și psihic.

3.CORPUL MENTAL

Pentru a-și hrăni corpul mental, discipolul se concentreaza asupra hranei sale, închide ochii și nu-și priveşte nici chiar vecinii, pentru a se concentra mai bine. El ştie că hrana este o scrisoare de dragoste trimisa de Creator și se străduieşte s-o citească interiorizat. Hrana reprezintă pentru el o manifestare a Divinităţii și se străduieşte să se gândească la ea din toate punctele de vedere. Se întreabă de unde vine, ce conţine, care-i sunt calităţile, ce entităţi s-au ocupat de această hrană. Fiindcă discipolul ştie că nişte fiinţe au lucrat asupra fiecărei plante, fiecărui fruct și că dacă cresc și se coc într-o perioadă determinată, aceasta corespunde influentelor planetare.

Spiritul sau este deci preocupat de toate aceste reflecţii și meditează profund. Astfel, corpul său mental se hrăneşte și extrage din hrană elemente superioare celor din planul astral. Va beneficia prin aceasta de luciditate, claritate, o pătrundere profundă a vieţii și a lumii. După o masă luată în asemenea condiții, se ridică de la masă cu o înţelegere atât de luminoasă încât este capabil să împlinească o muncă intelectuală foarte susţinută.

4. CORPUL CAUZAL, BUDIC şi ATMIC

Dincolo de corpurile eteric, astral și mental, omul mai posedă încă alte corpuri mai subtile: corpul cauzal, corpul budic și corpul atmic, și aceste corpuri trebuie și ele hrănite. Dar cum? După ce a respirat, după ce a mâncat hrana cu dragoste, după ce a meditat asupra ei, *Inițiatul se lasă cuprins de un sentiment de recunoştinţă față de Creator; gratie hranei a putut realiza o veritabila comuniune cu El.* Numai astfel îşi alimentează cele trei corpuri superioare și are reverii, extaze.

SĂ NU MINCAŢI NICIODATĂ PÂNA LA SAŢIETATE

Ştiţi cu toţii că nu trebuie să mâncăm exagerat. Da, nu este nimic mai rău decât să plecam de la masa sătui, ghiftuiți, căci ne îngreunăm, ne materializăm. Dar ceea ce voi nu ştiţi cu siguranţă este că *foamea prelungeşte viaţa, o tonifică, o ameliorează*. Dacă *plecaţi de la masa cu o saturaţie lejera, veţi da un impuls corpului vostru eteric care va atrage și va capta și alte elemente din atmosfera înconjurătoare.* Numiți dacă vreţi aceste elemente vitamine, hormoni eterici... Corpul eteric găseşte aceste elemente și le absoarbe aşa de bine încât, câteva minute mai târziu, nu numai că vă dispare foamea, dar va simţiţi mai uşori, mai vioi, mai capabili de muncă. În timp ce dacă mâncaţi mai mult decât aveţi foame, prin plăcerea de a mânca (cum fac atâţia la reuniuni, banchete etc) vă veţi simţi repede îngreunaţi și incapabili de a lucra.

Dacă mâncaţi prea mult, produceţi în voi o supraîncărcare și corpul eteric va fi obosit, surmenat, obstrucţionat în funcţiile sale. Atunci, nedoriții planului

astral sosesc repede și ei pentru a lua parte la festin. De aceea, câteva momente mai târziu, simţiţi ceva ca un vid și încercaţi dorinţa de a reîncepe să mâncaţi pentru a umple acest vid. Dar indezirabilii sunt și ei prezenţi și astfel deveniți o pradă magnifică pentru înfometații din planul astral inferior care vin să se înfrupte la mesele voastre. *Universul întreg este plin de creaturi de tot felul* pe care iniţiaţii le-au clasat în categorii determinate și care se amestecă deseori în existenta oamenilor; și numai astfel se explica un număr de fenomene și evenimente extraordinare care rămân inexplicabile pentru savanţii contemporani. Deci, *pentru a nu deveni ținta indezirabililor, nu trebuie niciodată să depăşim limitele și să facem mese prea abundente*.

HRANA ADUCE VIAŢA ETERNĂ
ROSTUL BINECUVINTĂRII

Observaţi-vă în timp ce mâncaţi și veţi constata care este gradul vostru de evoluţie. Dacă *nu aveţi respect pentru hrana pe care Dumnezeu v-a trimis-o, pentru cine aveţi atunci*? **Numai când veţi respecta hrana veţi înţelege vorbele lui Iisus „Mâncaţi, acesta este trupul Meu; beţi acesta este sângele Meu”**... **şi „Cel care va mânca din trupul Meu şi va bea sângele Meu va avea viaţă eterna”**. Această hrană este deja binecuvântată și dăruită de Creator și dovada este că ea ne dăruieşte viaţa. Dumnezeu este în această hrană sub formă de viață. Să nu credeţi că această hrană are nevoie de binecuvântarea oamenilor pentru a da viaţă, nu, înainte ca omul să fi binecuvântat hrana ea este deja binecuvântată de către Cer. *Dumnezeu este viaţa și*

din moment ce hrana vă aduce viața, înseamnă că ea îl conţine pe Dumnezeu.

Voi spuneţi: „și atunci, nu trebuie să binecuvântăm hrana înainte de masă? Da, trebuie s-o facem, dar trebuie să ştiţi mai întâi ce este acea binecuvântare și la ce serveşte ea. ***O binecuvântare este un fel de ceremonie****, de ritual magic. Prin cuvintele, gesturile, gândurile persoanei care pronunţa formula de binecuvântare, hrana este impregnată, pătrunsă și învăluită de emanaţii, de fluide care-o pregătesc să între în armonie cu cei care o consumă. Astfel se creează un contact, o adaptare în domeniul* corpurilor subtile, ceea ce permite omului să recepteze mai bine elementele benefice conţinute în această hrană. Totuşi binecuvântarea umană are puteri limitate. Dacă era aşa uşor să se introducă viaţa divină printr-o simplă binecuvântare omenească, se putea binecuvânta o bucată de lemn, metal sau o piatră și se putea mânca. Dacă binecuvântăm pietrele, lemnul, metalele introducem în ele un anume grad de viaţă, dar această viață nu poate hrăni oamenii poate avea alte efecte asupra lor dar nu-i poate hrăni.

Dacă hrana omului dă viață omului, este pentru că ea posedă deja o viață care a fost introdusă de Creator, dar are nevoie de a fi activată și trebuie trezită, încălzită prin binecuvântările noastre și mai ales prin recunoştinţa noastră. Mâncam pentru a primi viaţa pe care Dumnezeu sau dacă vreţi Natura a depus-o în hrana. Masa este ca și conceperea unui copil. Prin hrană Hristos ne dă viaţă și dacă conştientizăm că astfel primim corpul și sângele lui Hristos intrăm în contact cu spiritul său.

Se poate ca noi să nu fi gândit niciodată despre hrană în maniera asta. Dealtfel să ştiţi că în noua rasă care va veni, oamenii vor fi instruiți asupra acestor metode, li se va revela că hrana, că hrănirea nu este un proces atât de simplu, obişnuit și dispreţuit aşa cum se consideră și că Dumnezeu a ascuns dincolo de acest act cotidian de a mânca, posibilitatea de a face o muncă psihica de cea mai mare importanță.

Vor înţelege astfel că nutriția poate fi pentru ei un mijloc de perfecţionare.

COMPORTAMENTUL
PUTEREA MAGICĂ A GESTURILOR

Omul este constituit din diferite corpuri mai subtile decât corpul fizic și gratie acestor corpuri subtile el poate intra în legătură cu un număr mare de forțe, inteligente și entităţi din Univers. Aceste forte aceste inteligențe, se exprimă deseori prin intermediul lui sub formă de gesturi, mişcări, mimică; și invers, prin anumite gesturi, mişcări, poziții diverse conştiente sau inconştiente, omul intră în legătură cu ele.

Magia este ştiinţa gesturilor. De aceea discipolul trebuie să fie conştient de fiecare din mişcările sale, să vegheze să nu facă ceva inutil sau chiar rău, vorbind, mergând, lucrând, pentru că din acestea pot decurge consecinţe grave din punct de vedere spiritual*. Fiecare gest este o forţă care acţionează în diverse planuri;* el corespunde unor curente, unor culori, unor vibraţii și influenţează o multitudine de fiinţe din jurul nostru. Fiecare dintre ele ne deschide sau ne închide anumite uşi ale naturii și ne leagă de puteri bune sau rele. Dacă vrem să avansăm pe drumul iubirii, înţelepciunii și adevărului, trebuie să ne studiem gesturile și să ne

punem întrebarea dacă ele manifestă în noi cele trei virtuţi.

MERSUL

Este foarte important să vă observaţi în timp ce mergeţi. Trebuie să **mergeţi cu supleţe, cu uşurinţă, ținând capul drept**. Mersul curbat, cu ochii fixaţi pe sol, este un semn rău, la fel și *călcatul apăsat* pe călcâie la fiecare pas. Persoana care merge aşa ignora faptul că astfel *dă lovituri mortale creierului său.* După câţiva ani sistemul său nervos va fi dezechilibrat și va manifesta grosolănie și violență în maniera de a gândi și de a acţiona.

Când plecaţi pentru un drum lung, trebuie să nu aveţi nimic în mâini. Puneţi pe spate tot ce doriți, dar lăsaţi mâinile libere. Nu vorbiți, nu cântaţi, ci *căutaţi un ritm care să fie acordat cu respiraţia și balansați braţele în timpul mersului*, ca și cum braţele v-ar ajuta. Datorita acestor mişcări ale braţelor și a respiraţiei ritmate veţi putea merge mult timp fără oboseală.

Este de asemenea important de a avea un gând în cap. Când mergeţi într-o pădure, puteţi gândi: „Fie ca toţi cei care vor traversa această pădure să fie atinşi de iubire, de fraternitate, să se amelioreze, să devină copii ai lui Dumnezeu, să lucreze pentru pace!” Când faceţi o excursie în munţi, gândiţi-vă ca mergeţi acolo sus să găsiţi lumina, să vă simţiţi mai aproape de cer, că veţi reveni purificat, transformat.

MÂINILE

Este foarte răspândit obiceiul de a gesticula în timpul vorbirii. Uneori este îngrozitor să avem în fața

persoane care nu mai contenesc cu agitatul mâinilor, într-un mod dezordonat, manipulând nervos obiecte, trăgându-se de păr sau de nasturii îmbrăcămintei lor. Nu-i putem asculta și după câteva minute de conversaţie suntem epuizaţi. Fiecare trebuie să-și educe mâinile și să înveţe să se servească de ele pentru a acţiona asupra lui însuși și asupra celorlalţi. Există în acest sens numeroase exerciții care se pot face.

EXERCIŢII

1. Cu palma mâinii drepte vă mângâiaţi foarte delicat, abia atingând dosul mâinii stingi.

2. Cu extremitatea primelor trei degete de la mâna dreaptă vă mângâiaţi pe rând toate degetele de la mâna stingă, începând cu policele.

3. Întindeţi-vă mina dreaptă, fixaţi-vă atenţia în centrul sau, apoi, uşor, încet, conştient, strângeţi degetele concentrându-vă toate eforturile asupra acestei mişcări până când ați închis pumnul. Opriți-vă un moment concentrându-vă toată forţa în pumn, apoi uşor, desfaceți degetele. Faceţi acest exercițiu cu multă atenţie; o singură dată ajunge; nu veţi deveni mai puternici făcându-l de douăzeci de ori la rând, dar faceţi-l în fiecare zi cum trebuie.

Nu vă bazaţi pe exercițiile dificile sau impresionante; *numai în exercițiile mărunte se ascunde secretul puterii*, trebuie s-o ştiţi odată pentru totdeauna.

Fiecare deget captează și transmite curenţi, unde, de naturi diferite. Ele sunt antene. Iniţiaţii ştiu să lucreze cu degetele lor și să capteze grație lor curenţi care circulă prin spaţiu. Numai astfel reuşesc să se

purifice, să se vindece și să-i purifice și să-i vindece și pe alţii. Multe impurităţi se acumulează pe mâini, de aceea trebuie să le spălam frecvent pentru a putea funcţiona ca nişte antene perfecte. Dar în *realitate apa fizică nu ajunge pentru a vă spăla cu adevărat mâinile fizice, de aceea, de câte ori puteţi, imaginaţi-vă că faceţi să curgă o apă spirituală, un curent de lumină și de culori pure sub care vă păstraţi mâinile cât puteţi de mult.*

STRÂNGEREA DE MÂNĂ

A strânge mina este un gest foarte important în schimburile cotidiene. *Nu trebuie să strângem mâna decât o dată și nu de două sau de trei ori la rând.* De ce? Pentru ca *de fiecare dată se dă de ambele părţi ceva*, în timp ce a două oară se ia înapoi. *La prima strângere de mână se schimbă ceva subtil, a doua oară sunt curenţi mai denși, mai materiali, și a treia, a patra oară se schimbă drojdia, pleava.* La început bem ce este mai spiritual, dar apoi, ne apropiem de fundul vasului unde sunt impurităţi. Putem obiecta că aceasta depinde de la caz la caz dar, în general regula este valabilă. În timp ce daţi mâna cu cineva trebuie s-o faceţi conştient și cu multă dragoste. Dacă strângeţi mina cuiva gâdindu-vă la altceva, mai bine să n-o faceţi.

SALUTUL

Magii sunt fiinţe care ştiu să se servească de mâinile lor pentru a primi energiile spaţiului, dar și pentru a le proiecta, orienta, dirija, amplifica, diminua... De mai multe ori pe zi ne salutăm cu un gest

al mâinii. Acest gest este extrem de semnificativ și operant, cu condiția să-l faceţi conştient și punând multă dragoste în privirea voastră, în mâna voastră, proiectând aceasta dragoste pentru binele lumii întregi. *Trebuie ca salutul să fie o adevărată comuniune, să fie puternic, armonios, viu*.

PRIVIREA

Ochii sunt în principiu organe pasive, receptive. Cu toate acestea prin ochi putem nu numai primi, ci și dărui. Într-adevăr, prin privire putem fi emițători activi, adică să vorbim, să sugerăm, să influenţăm, să comandăm, să fulgerăm.

1. **Cum să privim**:

Nu trebuie să-i priviți pe ceilalţi fix, pentru a nu-i inoportuna, dar nu este bine nici să-i priviți cu ochii stinși, inexpresivi. Dacă și priviți prea pasiv, oamenii vor simţi că nu primesc nimic de la noi dar și că energiile lor îi părăsesc.

Trebuie să ne observam și să supraveghem expresia ochilor noştri întrebându-ne: „Oare dau? Oare iau?” Este bine să dăm și este bine să luam în schimb, dar dacă nu ne oprim din a lua sau a vampiriza, vom fi alungaţi de peste tot pentru că devenim un hot spiritual. În timp ce acel care se antrenează să dea, să radieze, să reconforteze, practică magia cea mai înaltă. Numai dorinţa de a da, de a-i face pe ceilalţi fericiți, numai dorinţa intensă de a servi cauza divină ne poate deschide porţile Cerului.

Trebuie să priviți semenii cu blândeţe dar fără insistență, pentru a-i lăsa liberi; nu încercaţi să-i

obligaţi să răspundă privirilor voastre și să se manifeste după dorinţele voastre, pentru ca cel care primeşte astfel proiecţia voinţei voastre se simte deranjat, violentat. În realitate nimic nu-l poate forţa să se deschidă în fața voastră și rămâne insensibil la toate uneltirile voastre. **Secretul în a-i cîştiga pe ceilalţi constă în iubire dezinteresată care nu încearcă niciodată să câştige suflete sau inimi prin violență**.

Studiaţi această problemă în viaţa voastră particulară, familiară, în viaţa socială și veţi vedea că multe lucruri depind de modul cum se privesc oamenii între ei. Nu s-a studiat încă suficient influența privirii asupra destinului omului. Să nu spuneţi că acesta este un detaliu minuscul. **Totul este în privire**. **Ea este o sinteză a întregii fiinţe;** totul se reflecta în ea: grosolănia sau delicateţea, prostia ca și inteligența, noblețea și lașitatea, forţa și slăbiciunea. Privirea este un rezumat al întregii noastre fiinţe; ea imprimă o pecete peste tot unde se îndreaptă. Pentru a ne schimba privirea, trebuie să ne schimbam întreaga existență, maniera de a gândi, de a simţi, de a acţiona. Prin intermediul privirii, energiile se revarsă asupra fiinţelor și obiectelor. *Câte destine n-au fost schimbate și tulburate printr-o singură privire.*

2. Câteva sfaturi:

Când sunteţi înfuriat pe cineva, aveţi tendinţa să-i trimiteţi priviri fulgerătoare. Fiți atenţi, *nu trebuie niciodată să lansaţi priviri ostile* în astfel de momente, mai bine închideţi ochii și transformaţi forţa care acţionează în voi. Dacă *lansaţi priviri rele, proiectaţi o forţă care începe să lucreze fără ştirea voastră și care*

într-o zi se va întoarce de unde a plecat, împotriva voastră.

Străduiţi-vă să nu coborâţi prea mult timp ochii pentru că, *privind în jos, vă legaţi de puterile terestre.* Bineînţeles, nu trebuie să priviți tot timpul în sus, ar fi exagerat; dar trebuie să ştiţi că dacă în timp ce vorbiți cu cineva, privindu-l, vă coborâţi brusc ochii către pământ, este foarte rău. Dacă vreţi să ştiţi ce face cineva, *priviți în mod deschis către el,* nu vă mulţumiţi să-i aruncaţi o privire cu coada ochiului, este un obicei urât care dovedeşte că sunteţi lipsit de sinceritate. *Nu trebuie să vă ascundeţi niciodată ochii în timpul unei conversaţii.* Într-o zi Maestrul Peter Deunov a dojenit foarte sever pe unul din discipolii săi care, vorbind cu el, și-a pus mina în fața ochilor. Nu trebuie niciodată să se facă acest gest pentru că se pune o barieră între lumea exterioară și lumea interioară.

3. Sa-i ajutam pe ceilalţi prin intermediul privirii

Să ştiţi că privirea este o modalitate de a-i ajuta pe alţii. Dacă cineva este cufundat în îndoială, în suferinţă, în disperare, îl puteţi ajuta privindu-l. Peste tot, pe stradă, în autobuz, în metrou, întâlniţi mulţi oameni pe care-i puteţi ajuta lansând-le priviri bune în timp ce le trimiteţi gânduri de încurajare pentru a-și cîştiga încrederea. Pe moment nu-și vor da seama de ceea ce faceţi pentru ei, dar sufletul lor și entităţile spirituale care locuiesc în ei vor şti să primească ceea ce voi le transmiteți și îndată vor avea o stare mai bună.

CUVÂNTUL

Trebuie să fiți foarte atenţi cu cuvintele pe care le pronunţaţi, pentru că, chiar dacă nu gândiţi cu adevărat la ceea ce spuneţi, entităţi rele se pot servi de substanţa cuvintelor voastre pentru a le realiza, și nu puteţi să le-o reproşaţi, depinde de voi să nu le furnizați condițiile de a face rău.

În multe țări oamenii au obiceiul să pronunţe blesteme; pentru te miri ce își blestema părinţii, copiii, vecinii, prietenii... Este un obicei foarte urât, deoarece cuvintele creează condițiile pentru ca nenorocirile să sosească. *Trebuie deci să fim foarte vigilenţi și niciodată să nu mai sfârșim o conversaţie folosind cuvinte negative la adresa cuiva, pentru că este o lege care vrea ca aceste cuvinte negative să continue să lucreze*. Chiar dacă sunteţi obligat să faceţi critici la adresa cuiva, nu sfârşiţi cu defectele sale. Sfârşiţi conversaţia folosind cuvinte pozitive, spunând: „Are totuşi și câteva calităţi", menționați-le și opriți-vă.

Ce este un cuvânt? Este o rachetă care parcurge spaţiul și care, în trecerea sa, declanşează forțe, stimulează entităţi și provoacă efecte ireparabile. Da, în realitate efectele sunt ireparabile. Evident, dacă am putea remedia imediat cuvintele urâte, nu s-ar produce stricăciuni: *dar cu cât lăsăm să treacă timpul, cu atât cuvintele căpăta efect distructiv*. Timpul este deci un factor formidabil. Presupuneţi că a-ți da ordin să se taie capul cuiva și cei care trebuie să execute ordinul sunt deja plecaţi... Ce-ați putea repara odată ce capul ar cade? L-ați putea lipi? Când un ordin a fost dat deja, ce s-ar mai putea face? Să se dea un contra ordin, deci să se trimită alţi mesageri, alţi servitori, pentru a-l contramanda. *Dar dacă a trecut prea mult timp, nu mai puteţi repara nimic.* De aceea s-a spus: **„Înainte**

să apună soarele, împacă-te cu fratele tău”. Aceasta înseamnă că trebuie să reparam cât putem de repede râul pe care l-am făcut altora. Majoritatea oamenilor se lasă răscoliți de sentimente, spun orice, dar într-o zi Kharma bate la uşă și spune: și-acum plătiţi!

Trebuie deci să reparăm imediat, fără măcar să aşteptăm ziua de mâine pentru ca vorba zboară; este o forţă, o putere care parcurge spaţiul și acţionează. Dar trebuie să ştiţi totodată ca mai există o putere încă și mai eficace și mai rapidă decât cuvântul; este gândul; și dacă **vă puneţi la lucru imediat prin gând, puteţi ajunge din urma cuvântul**. Este dificil, bineînţeles, pentru ca gândul aparţine unei regiuni mult mai subtile decât cuvântul; dar dacă vreţi să remediaţi consecinţele cuvintelor voastre puteţi totuşi să vă concentraţi și să cereţi servitorilor lumii invizibile să împiedice răul să se producă. În acel moment nu reparaţi complet, dar evitaţi ce-i mai rău. Trebuie să fiți foarte rapid și gândul vostru să fie foarte intens, dacă nu, ordinul de execuţie va fi dat, victima va fi decapitată (simbolic vorbind) și într-o zi veţi fi obligaţi să plătiţi pentru tot râul pe care l-ați făcut.

RUGACIUNE

„Doamne Dumnezeule, iartă-mă ca n-am înţeles până acum posibilităţile pe care Tu le-ai dat gurii mele, ca n-am înţeles că prin rostirea cuvintelor Te pot imita, pot deveni ca Tine și pot fi în fiecare zi o reflectare a Ta. Nu mi-am dat seama și prin Cuvânt am făcut rău; am spus lucruri absurde, i-am rănit pe oameni, am perturbat fiinţe și am dărâmat totul tocmai prin acest instrument pe care Tu mi l-ai dăruit. În loc să mă

servesc de el pentru a face binele, pentru a consola, a alina, a învigora, a reînvia fiinţele, pentru a le aduce și orienta către Tine, Domnul, Creatorul; m-am servit de el pentru a le dobori și a le înjosi. Iartă-mă Doamne, învață-mă cum să-mi folosesc gura și limba, nu numai pentru a mânca, pentru a flecari și a nu înţelege nimic, ci pentru a face celorlalţi bine, pentru a-i încălzi și lumina”.

GINDURILE şi SENTIMENTELE

Oamenii fabrică fără oprire gânduri și sentimente bune sau rele, fără să ştie ca acestea sunt mici creaturi pe care le aduc pe lume și care pentru a exista, se hrănesc din însăşi substanţa creatorului lor. Dacă *ele sunt rele, ele îl epuizează, dacă sunt bune, îi aduc daruri.*

Dacă aveţi copii recalcitranţi, violenţi, nedisciplinați, care fac vacarm și stricăciuni în tot cartierul, trecătorii, vecinii și chiar poliția vă cauta să vi se plângă, deoarece tatăl sau mama este responsabil de greşelile, de stricăciunile făcute de copii, tot el este obligat să despăgubească, să plătească oalele sparte. Ei bine, acelaşi lucru se reproduce în forul nostru interior care este plin de propriile noastre creaţii, copiii noştri care fac prostii peste tot, fiindcă au fost creaţi prin mijloace sau intenţii malefice, tenebroase, și produc perturbări pe care legea cosmică ne pune să le reparam.

Dar, exceptându-i pe marii Maeştri, nimeni nu i-a instruit pe oameni asupra acestor adevăruri; de aceea își pun mereu întrebări: „Pentru ce sunt hartuit, tulburat, nefericit?” Dar sunt tocmai proprii tăi copii care te chinuiesc. Tu i-ai creat, prin ura ta, furia ta,

dorinţele tale de răzbunare, pentru ca tu eşti un creator veritabil, ca Domnul... și nu numai în planul fizic, ci în toate planurile.

Adevărată morală se găsește în aceasta conştiinţă a faptului ca suntem responsabili de tot ce facem, nu numai în planul fizic, dar și în planul astral, în planul mental... Adevărată morală nu este în a ne conforma exterior unor reguli ci a ne obişnui interior să cream fără încetare gânduri și sentimente utile, benefice, luminoase, să trimitem ziua și noaptea din inima și din sufletul nostru aceste mici entităţi invizibile dar reale care acţionează formidabil asupra tuturor creaturilor.

REPARAREA GREŞELILOR

Toate gândurile, toate sentimentele, toate actele bune sau rele se înregistrează în noi. Bineînţeles, este imposibil să nu faceţi și câteva înregistrări negative, defectuoase, dar străduiţi-vă cel puţin să vă daţi seama și să luaţi măsuri pentru a repara.

Aţi avut un gând urât pentru cineva; ați spus câteva cuvinte jignitoare... aceasta se poate întâmpla tuturor.

Dar imediat trebuie să conștientizați și să reparaţi.

PROBLEMELE RĂULUI

Slăbiciunile şi viciile

Să ştim să recunoaştem semnalele de avertizare.

Să presupunem că **aveţi o slăbiciune la care nu ştiţi să rezistați**: iubiți prea mult alcoolul, sau femeile, aveţi tendinţa să-i calomniați pe alţii, să vă

cheltuiți banii în cumpărături inutile, să vă distraţi atunci când ar trebui să lucraţi, sau orice altceva. Străduiţi-vă să găsiţi în voi semnalele care anunţă venirea tentaţiei. Aceste semnale sunt mereu aceleaşi și trebuie luate în considerare ca avertismente. De aceea *trebuie să căutaţi în trecutul vostru ocaziile în care această slăbiciune s-a manifestat și semnele care au precedat-o. Veţi găsi probabil avertismentul care era reprezentat de o crispare în plexul solar, sau o stare de rău, sau un gând, sau o imagine* care vi se prezinta în funcţie de persoana respectivă; trebuie deci căutate. Când veţi descoperi aceste semnale avertizoare, veţi putea deveni stăpâni pe situaţie fiindcă, de îndată ce ele apar, ştiţi ca trebuie să deveniți atent, vigilent. Dar pentru aceasta trebuie să fiți liber și nu sclavul unor activităţi absorbante care vă zăpăcesc și vă împiedică să aruncaţi o privire în voi înşivă.

ATITUDINEA CE TREBUIE LUATĂ FAŢĂ DE PROPRIILE GREŞELI

Nu trebuie să ne amintim mereu de greşelile comise, în afară de faptul că putem trage învăţăminte pentru viitor. Uitaţi ceea ce este deja învechit, nu mai vorbiți despre asta; nu spuneţi în fiecare moment în fața Domnului „Sunt nedemn, sunt un păcătos”, pentru a-i arăta aşa zisa voastră umilinţă. Dumnezeu n-are nevoie să audă lucruri de genul ăsta. Spuneţi-vă dimpotrivă: „**Dumnezeule, eu sunt fiul Tău, ajuta-mă să dobândesc înţelepciunea Ta, forţa Ta, lumina Ta**. **Ajuta-mă să ies din greutăţile mele**

pentru a te preamări pe pământ aşa cum Îngerii Te preamăresc în Cer”.

Veritabila umilinţă nu constă în a ne acuza continuu, ci în a putea spune, chiar atunci când ați îndeplinit actinia cea mai glorioasa:

„Nu mie, Doamne, ci Numelui Tău revine gloria acestei acţiuni”.

A ŞTI SĂ UTILIZEZI FORŢELE RĂULUI

Tocmai fiindcă răul n-a fost înţeles niciodată se luptă contra lui; *răul trebuie absorbit, utilizat ca un material pentru lucru. În* chimie nu se arunca nici o otravă, totul se utilizează. Nici natura nu arunca nimic, ea preia murdăriile, gunoaiele, le foloseşte ca materii prime și cu acestea face să crească florile și fructele.

Oamenii care n-au înţeles încă acest mare adevăr imploră: „Doamne Dumnezeule, desființează răul!” Dar Dumnezeu se scarpină în cap, surâde și spune: Bieţii de ei! Când vor înţelege ca răul este necesar, se vor opri să mă implore...”. Dar până atunci, ce de rugăciuni! Trebuie să ne rugăm, bineînţeles, dar iată ce ar trebui să cerem:

„Doamne Dumnezeule, dezvăluie-mi cum ai creat lumea şi cum proiectezi tu lucrurile pentru a putea, ca Tine, să fiu deasupra răului, ca el să nu mă mai atingă, dar să fiu capabil să mă servesc de el pentru a realiza lucruri mari”.

Numai gândind astfel vom vedea ca nu este nimic rău în natura. Deci în loc să încerce să se debaraseze definitiv de forţele negative care îl tulbură, discipolul trebuie să înveţe să le utilizeze pentru a deveni foarte puternic.

Chiar și morala și religia greşesc atunci când sfătuiesc de a smulge, de a extirpa răul, pentru ca râul conţine puteri formidabile fără de care omul ar slăbi.

Câteva exemple :

1. **Sexualitatea**

Forţa sexuală este o energie pe care am putea-o compara cu petrolul. Cei care sunt ignoranţi și neîndemânatici se ard: **această forţă le arde propria lor esenţă**. În timp ce, cu acelaşi petrol cei ce ştiu să-l utilizeze, zboară în spaţiu. Nici o altă imagine nu rezumă mai bine acest aspect al forţei sexuale. Si-atunci de ce să nu zburam în spaţiu până la stele și să cunoaştem totul fără să fim mereu arşi?

Apare acum o nouă filozofie care îi învaţă pe bărbaţi și pe femei cum să se privească, cum să-și utilizeze aceste elanuri ca să se inspire reciproc, toată această fericire de a se contempla reciproc pentru a deveni fiinţe excepţionale cărora le sunt accesibile cele mai mari înfăptuiri, pentru că iubirea va veni să-i ajute, să-i susţină și să-i propulseze până la cer.

2. **Vanitatea**

Nevoia de a ne arata mai buni decât suntem în realitate nu este în fapt ceva negativ și chiar am putea spune ca însăşi natura a sădit aceasta tendinţa în om pentru a-l obliga să evolueze. Fiindcă se poate întâmpla ca în dorinţa de a atrage aprobarea și admiraţia celorlalţi, unii să reuşească să se autodepăşească. Oamenii cărora le era frică, dar care nu voiau să înşele încrederea familiei lor sau a țării, au devenit adevăraţi eroi. Un artist doreşte continuu să se

perfecţioneze în arta sa pentru ca publicul să nu fie obosit niciodată de el sau de operele lui și de altfel educatorii, părinţii, profesorii, se străduiesc să utilizeze aceasta tendinţă pentru a obţine de la copii rezultatele cele mai bune. Când arătăm unui copil că aşteptăm ceva de la el, că avem încredere în el, face tot ce este posibil pentru a reuşi. Chiar și de la un delincvent putem obţine bune rezultate dându-i o responsabilitate, arătând prin aceasta ca avem încredere în el.

Vanitatea este deci o tendinţa pozitivă în măsura în care ne servim de ea pentru evoluţia spirituală.

3. Îndoiala

Încercaţi nevoia de a pune totul la îndoială. Ei bine, în loc de a vă îndoi mereu de Inteligenta cosmică, de existenta lui Dumnezeu sau de bunătatea celorlalţi, de ce nu vă îndoiți de voi înşivă, de veridicitatea punctelor voastre de vedere și să spuneţi: „Oare am întotdeauna dreptate? Oare sunt pe calea cea bună? Oare nu există un mod de a gândi mai bun ca al meu?” și să începeţi să căutaţi. Din nefericire asupra acestui punct, nu există îndoială, credem în mod absolut.

Oamenii se îndoiesc de toate în afară de propriul lor raţionament și aşa intră în încurcătură. Nu este deloc inteligent! În loc să creadă că toate dorinţele și slăbiciunile lor sunt nobile, legitime, minunate și să le apere, trebuie să înceapă să se întrebe dacă sunt chiar atât de „catolici”, cu adevărat divini. În *loc să se îndoiască mereu de natura lor superioara, de spiritul lor și de tot ce Dumnezeu a sădit în ei, mai bine să se îndoiască un pic de natura lor inferioară!*

Din nefericire se îndoiesc de ceea ce Dumnezeu le-a dăruit pentru a-i salva și cred în mod absolut în forţele dezlănţuite în ei! Dacă tot vor să se îndoiască cu adevărat de ceva, să ştie cel puţin de ce ar trebui să se îndoiască.

GREFA SPIRITUALĂ (vezi cap. IX)

Presupuneţi că ați avea un arbore foarte viguros ,dar care da fructe acre, de nemâncat: veţi face o grefă, un altoi, și, pe un păr sălbatic, de exemplu, veţi putea obţine nişte pere magnifice. Oamenii au devenit experţi în aceste tehnici, dar când este vorba de domeniul psihic sau de domeniul spiritual, nu sunt nici atât de capabili, nici atât de îndemânatici.

1. SENZUALITATEA

Să presupunem că aveţi nevoie de o dragoste foarte senzuală. Este o forţă sălbatică, formidabilă, irezistibilă. **Puteţi face o grefă deasupra**, dar, pentru asta, trebuie să găsiţi o ramură de un alt fel de iubire, pură, nobilă, înălţătoare și s-o altoiți. Atunci sevele produse de natura voastră inferioară vor urca, vor circula pe aceste ramuri, adică **aceste amprente**, aceste circuite noi, schițate în creierul vostru **vor** produce fructe extraordinare, o iubire deosebită care vă va **aduce o încântare şi inspiraţii de neuitat**.

2 .VANITATEA

Şi dacă aveţi o vanitate care va ia mult din timpul și forţele voastre, puteţi să-i daţi și o altă orientare. În

loc să doriți mereu să fiți glorios în fața lumii, acelor gura-casca, a imbecililor, veţi lucra să obţineţi gloria, dar **pentru împliniri celeste**, o glorie divină, care nu se stinge niciodată.

3. **FURIA**

Dacă sunteţi furios, probabil ca din aceasta cauza v-ați distrus multe prietenii și ați ratat multe condiții favorabile pentru viitorul vostru. Dar această forţă brutală care explodează ca o furtună, o putem sublima, transforma, făcând o grefă, și atunci veţi deveni neobosit pentru a vă lupta, a vă război, a combate tot ce este inferior, deveni un soldat al lui Hristos, un servitor al lui Dumnezeu. În loc să fie folosită pentru a distruge ceea ce este măreţ, forţa voastră marţiană vă va ajuta să construiți.

Este suficientă grefa. Dar amintiți-vă ca trebuie să păstreze rădăcina, nu o smulgeţi niciodată, pentru că ea este viguroasă și trunchiul la fel. Trebuie să faceţi altoirea, extrageţi mental forţele pe care le conţin și va legaţi de o entitate, de un spirit luminos, de un înger sau de arhanghel.

Toţi iniţiaţii au fost obligaţi să facă grefe, ei au intrat mereu în legătură cu fiinţele care-i depăşesc și fructele pe care le-au produs astfel, sunt cele mai bune. Dar cea mai puternică altoire, cea mai sublimă este de a ne lega de Domnul și de a spune: „Doamne, ceea ce fac eu nu este grozav. Acceptă deci să intri în mine, să lucrezi și să Te manifeşti prin mine. Vreau să lucrez pentru Împăraţia Ta și Dreptatea Ta”. Această este grefă cea mai bună, cea mai sublimă, și dacă în acel moment Dumnezeu acceptă, dacă El intră în legătură cu noi, arborele vostru (adică voi înşivă care

produceaţi în trecut fructe de nemâncat) va produce după aceea fructe delicioase și parfumate. Au rămas numai rădăcinile și trunchiul, dar altoiul, adică lumea invizibilă, lumea divină, lumea celestă a produs aceste fructe. Ce s-a întâmplat? Toate aceste forțe brute, primitive, clocotitoare ale personalităţii au fost luate din cer pentru a le transforma datorita grefei spirituale.

DOUĂ EXEMPLE SPIRITUALE REFERITOARE LA SEXUALITATE

Într-o zi am primit vizita unei tinere fete, era drăguţă, simpatică și după manierele sale se vedea ca este bine educată. Dar iată ca mi-a mărturisit ca era foarte nefericită fiindcă era obsedată de o imagine: în tot ce privea, florile, fructele, obiectele și chiar tavanul, nu vedea decât sexul masculin. și cum era credincioasa, catolică, se simţea realmente vinovată, respinsa de Cer și căzută în păcat.

Când am auzit-o, am început să rid. Ea m-a privit puţin mirata și i-am răspuns: „Ascultați-mă, nu e nimic grav, nu este nimic rău în tot ce mi-ați relatat. Este natural, este normal, sunt lucruri care se întâmpla tuturor, mai mult sau mai puţin, bineînţeles, dar nu aveţi de ce să disperaţi. Natura se ocupă de propagarea speciei și ea creează aceste reprezentări și la femeie pentru ca genul uman să nu se stingă Dar trebuie ştiut cum să acţionăm, cum să utilizam aceste imagini, dacă nu, iată în ce stare va găsiţi. Iată deci ce trebuie să faceţi de aici înainte. Când vi se întâmpla să vedeţi această imagine, în locul unui fruct a unui obiect, în loc să vă mâhniţi, priviți liniştită... Dar nu vă opriți prea mult timp pentru ca se pot trezi anumite dorinţe și pentru a vă consola se recurge la gesturi și

aşa mai departe.... Deci pentru ca acestea să nu se producă, deveniți puţin filozof, adică începeţi să vă gândiţi la Inteligenta Cosmică care determină formarea acestor organe. Reflectaţi, meditaţi, sunteţi impresionaţi de Inteligența care a creat lucruri perfecte, și ați uitat tentaţia care v-o puteau aduce. În timp ce, dacă vă cufundaţi în aceasta obsesie, nu veţi mai ieşi. Luaţi această imagine ca pe un punct de plecare, cum veţi ajunge la predestinarea voastră, în sus. În acest fel este magnific, fiindcă aveţi din când în când puncte de plecare, de propulsie. Dacă ţineţi bine minte, nu le luaţi decât ca pe nişte puncte de plecare, altfel veţi ajunge să vă cufundaţi și va veţi pierde. Trebuie numai să le utilizaţi.

Din nefericire oamenii nu ştiu să meargă mai departe pentru a reflecta și a se minuna, gândind ca însăşi acest fapt îi va salva.

Voi spuneţi: „Dar ce mi se întâmplă? Este infricoşător, este dezgustător”, și asta vă pierde. Aruncaţi aceste concepţii învechite și nu mai spuneţi „Este infricoşător” ci „Ce frumuseţe! Ce spendoare! Câtă inteligență! Cum a putut natura să formeze un lucru ca acesta?” Aceasta stare de uimire vă va permite să vă rezolvaţi problema.

Câteva zile în urma am primit vizita unui bărbat de o anumită vârstă care mi-a mărturisit ca, în domeniul sexual, avea o mare slăbiciune, era incapabil de a se stăpâni în fața femeilor, întrebându-mă cum ar putea remedia asta. I-am spus: „Ar fi trebuit să începeţi să vă gândiţi mult mai devreme, dar as vrea să vă dau câteva exerciții pe care să încercaţi cel puţin să le practicaţi. De exemplu, mergeţi pe plaja și priviți fetele tinere; sigur, se va trezi ceva în d-voastră, este normal, este natural. Dar cum nu puteţi să vă satisfaceţi

dorinţa cu ele, deci sunteţi obligat să rezistați, să faceţi un efort de sublimare, chiar atunci veţi începe să exersaţi voinţa și dacă repetaţi acest exercițiu cu succes nici nu veţi mai avea nevoie să mergeţi pe plaja. În acel moment veţi putea privi numai câteva reviste, și în acest caz ceva se va trezi, veţi surprinde atunci aceasta senzaţie care se trezeşte și faceţi-o să urce până la Cer, până la Mama divină și exersând în dumneavoastră astfel mai mult timp, veţi ajunge într-o zi să nu mai aveţi atât de mult nevoie de relaţii fizice cu femeile și iată, iată triumful!

Dar trebuie să vă exersaţi astfel mai mult timp, cu doze homeopatice. În homeopatie putem dilua până la a noua centezimală (adică 000000001) și chiar la acest grad de diluție produsul rămâne eficace! În dragoste putem deasemenea ajunge la o astfel de diluție că nu mai este nevoie de contacte fizice, și aceasta este iubirea spirituală. După cum vedeţi, este o chestiune de metodă: în loc să fugiți și să rămâneţi mereu vulnerabil, „prindeţi taurul de coarne”.

NOILE CLIŞEE

Defectele voastre, slăbiciunile voastre sunt ca nişte clişee imprimate în voi și orice ați face, ele sunt mereu acolo, prezente, gata să vă împingă să acţionaţi în aceeaşi direcţie. Deci, chiar dacă luptaţi cu viaţa, nu veţi repurta victoria. Pentru a triumfa, trebuie să pregătiţi un alt clişeu, luând o altă atitudine, obişnuindu-vă să aveţi alte gânduri, alte sentimente, să faceţi alte gesturi.

Începeţi deci o nouă înregistrare. Aceasta nu înseamnă ca primul clişeu s-a şters, nu, nu se şterge, dar este îngropat sub alte straturi. Atât timp cât va veţi

menţine pe această nouă direcţie va rămâne îngropat, dar dacă nu vă menţineţi aşa, se va manifesta din nou.

Un bărbat decide dacă nu vă mai încerca să seducă femeile. Dar iată ca nu și-a schimbat clişeul și evident, cu prima ocazie, cedează. Şi-atunci este decepţionat, regretă, suferă, își promite ca data viitoare va fi altfel... dar data viitoare este exact la fel. Ca să fie diferit trebuie făcut efortul de a schimba ceva în modul de a privi, în gesturi, în cuvintele pronunţate, și când a reuşit o dată are toate şansele să reuşească mereu, pentru că noul clişeu se înscrie din ce în ce mai profund. Acelaşi lucru este valabil pentru toate celelalte tendinţe reprobabile, furia, bârfa, lăcomia, lenea etc.

STĂRILE NEGATIVE

Să ne oprim pentru a da o altă orientare gândurilor noastre.

Sunteţi în curs de a face un lucru și deodată constataţi că l-ați început într-o stare de agitaţie... De îndată ce observaţi, opriți-vă imediat. Dacă nu vă opriți deîndată ,veţi continua în aceasta agitaţie fără să vă mai puteţi opri. Deci ,întrerupeți lucrul, apoi reîncepeţi în alt ritm. Noua stare se va perpetua la rândul sau.

De ce o persoană furioasă tulbură obiectele, de ce trântește uşile, loveşte mobilele? Pentru că ar vrea să se debaraseze de această forţă pe care nu ştie cum să o stăpânească. Dar cu cât se agita, cu atât este obligată să se agite. Trebuie deci să facă contrariul, să se oprească din mişcare un moment, apoi să-și continue lucrul.

Să presupunem că această perturbare se manifestă prin voi atunci când mergeţi pe stradă. Nu

va veţi putea debarasa continuând să mergeţi deci opriți-vă. Ca să nu fiți observaţi de trecători, opriți-vă în fața unei vitrine cu aerul ca priviți ceva... și acolo, forţaţi-vă să vă rezolvaţi problema care este sursa agitaţiei voastre. Din momentul în care ați întrerupt mişcarea puteţi da o altă orientare gândului vostru.

RISIPIREA NORILOR PRIN GÂND

În timp ce vă simţiţi prost dispus, trist, neliniştit. (pentru că a trecut prin voi un nor) încercaţi să meditaţi pentru a risipi acel nor în loc să-l alimentaţi cu reflecțiile voastre. Dacă veţi reuşi veţi constata că soarele, Dumnezeu, este mereu acolo, ca era numai ascuns de proprii voştri nori...

Şi dacă faceţi asta la scară mică, de ce n-ați face-o și la scară mare? Odată ce sunteţi capabili să vă risipiți norii voştri, veţi putea încerca să dispersați norii colectivi care apasă asupra pământului. În timp ce ați plantat un bob de grâu și ați constatat ce frumoase spice v-a dat, veţi putea însămânța un câmp întreg cu mii de boabe asemănătoare, pentru că nu vă îndoiți că și celelalte boabe plantate vor da asemenea spice. Acelaşi lucru este și pentru munca interioară. Când ați reuşit pentru voi, fiți sigur că gratie muncii voastre, puteţi ajuta întreaga omenire.

A FACE O BAIE

Apa are proprietatea să absoarbă totul. Ea absoarbe binele ca și râul, de aceea, când sunteţi într-o stare de extaz sau de mare bucurie, nu trebuie să vă spălaţi și mai ales nu faceţi baie.

Dar dacă sunteţi nefericit și faceţi o baie, vă veţi simţi mult mai bine imediat, fiindcă apa va prelua durerea voastră.

A FIXA UN TERMEN RĂULUI

Presupuneţi ca ați avea o indispoziție, o migrenă, un chin, un rău care vă urmăreşte.... Ieşiţi, faceţi o plimbare, mergeţi spunând: „Când voi ajunge la arborele pe care-l vad acolo, sau la acel perete voi fi eliberat de răul meu. Apropiaţi-vă de acel reper cu gândul; această eliberare se va produce într-adevăr și când veţi ajunge la obiectul fixat, veţi simţi o uşurare. Dacă aceasta uşurare este prea slabă, reîncepeţi, alegându-vă un alt reper, mai departe și afirmaţi că acolo răul vostru va dispare imediat. Continuaţi astfel până când veţi simţi o ameliorare evidentă.

PUTEREA IUBIRII

Când va simţiţi nefericit, iritat, sau descurajat, în loc să disperaţi și să mergeţi să-i neliniştiţi și pe ceilalţi, rămâneţi liniştit la dumneavoastră și spuneţi: M-am lăsat răcit, trebuie să mă reîncălzesc! Faceţi apoi câteva respirații, faceţi un gest cu dragoste, trimiteţi un gând de iubire întregului Univers, fiindcă este adevărata căldură. Veţi constata că trimiţând unde de dragoste, ați deschis în voi o sursă de lumină, și apa dragostei curge acum. Lăsaţi-o să curgă și să-și facă treaba pentru că ea va purifica totul în voi.

PUTEREA CUVINTULUI

În procesul Inițierii, discipolii sunt învăţaţi să se servească de cuvinte, să le pronunţe în aşa fel încât să declanşeze forţele naturii. Cuvintele sunt puternice, dar noi nu ştim încă să ne servim de ele și nici să le pronunţăm corect.

Când vă este frig, când va simţiţi abandonat, când aveţi impresia că nimeni nu vă iubeşte, pronunţaţi cuvântul IUBIRE o dată, de două ori, de zece ori, în diferite moduri: declanşaţi astfel puterile cosmice ale iubirii în mijlocul cărora nu vă veţi mai simţi singur, abandonat.

Când vă simţiţi în întuneric, ca și cum ați căzut pe fundul unei prăpastii, pronunţaţi cuvintele INŢELEPCIUNE, LUMINĂ, până când vibrează și cântă în toate celulele corpului vostru. În acel moment totul se va lumina...

Când vă simţiţi perturbat, limitat, tulburat, pronunţaţi cuvântul LIBERTATE.

Puteţi să mai pronunţaţi cuvintele FRUMUSEŢE, ADEVĂR, FORŢĂ, SĂNĂTATE, ARMONIE.... Veţi spune că e puţin lucru. Da, dar dacă ştiţi să le pronunţaţi cu intensitate și convingere fiecare cuvânt, pe măsură ce-l repetaţi, dobândește o mare putere și influenţează propria voastră substanţă.

PUTEREA CÂNTECULUI.

Cântecele pe care noi le cântăm aici acţionează în mod favorabil asupra voastră și chiar când nu le cântaţi, simplul fapt ca le aveţi în cap vă face bine, pentru că aceste cântece vibrează în voi.

Când simţiţi ca nu ştiţi prea bine unde va aflaţi, că ideile voastre se încâlcesc, cântaţi: „Misli, pravo misli: Gând corect" și veţi vedea deja mai bine drumul....

Când credeţi că nimeni nu vă mai iubeşte, cântaţi „Bog e lubov: Dumnezeu este iubire” și atunci, ce doriți mai mult decât faptul ca Dumnezeu nu vă va părăsi niciodată?

Şi dacă sunteţi un pic obosit, bolnav, cântaţi „Sila zdrave e bogatstva - Forţa și sănătatea sunt bogăţii” și-atunci totul vibrează: pereţii, plafonul, și va ridicaţi plini de viaţă....

Dacă consideraţi viaţa cenușie, ca nu vă mai inspiră nici o bucurie spuneţi „Krassiv e jivota: viaţa este frumoasă”... (aceste cântece bulgare aparţin repertoriului Fraternităţii)

Iată, aveţi aici mijloace, un întreg arsenal magic, rămâne să vă serviți de el.

CUM SA LUPTĂM CONTRA SPIRITELOR RĂULUI

Dacă resimțiți o tulburare, dacă aveţi o tentaţie, aceasta dovedeşte ca sunteţi atacat de spirite rele. În acest caz nu ieşiţi în afară pentru a lupta cu ele, dacă ieşiţi din fortăreaţa voastră veţi fi cu siguranţă atinşi pentru că nu purtaţi nici armură, nici scut, nici armă. În acel moment, din contra, intraţi profund în voi înşivă.

În loc să vă bateţi contra unor inamici care sunt foarte puternici, intraţi în voi, alungaţi-i! Lupta împotriva lor îi întăreşte. Combătându-i, deveniți mai nerăbdători, mai nervoşi. Deci nu luptaţi, mulţumiţi-vă să intraţi profund în voi înşivă și încercaţi să nu vă gândiţi la aceşti inamici, să nu vă ocupaţi de ei să aşteptaţi pur și simplu. Gândiţi-vă la Domnul, rămâneţi acolo câteva momente, în forul vostru cel mai înalt, la un moment dat veţi constata ca inamicii au plecat. Va întrebaţi: „și dacă sunt încă acolo?” Ei bine, dacă sunt încă acolo, cum veţi intra în forul vostru cel mai înalt

unde se află lumina, înţelepciunea, forţa, veţi putea cel puţin să-i atacaţi cu arme potrivite.

Lăsaţi-vă inamicii să strige. Nu va poticniți, nu mişcaţi, nu vă nelinişţiţi din cauza lor și mai ales nu luptaţi împotriva lor atât timp cât nu sunteţi bine înarmat și pregătit pentru această luptă.

În loc să luptaţi ,să vă epuizaţi, să cheltuiți multe forțe, lăsaţi totul la o parte și urcaţi acolo unde Dumnezeu locuieşte în voi. Dumnezeu nu locuieşte acolo unde duşmanii ar putea să-l atingă. El locuieşte în locul cel mai profund al fiinţei noastre. El care este forţa adevărată, puterea, și trebuie să îl găsim. Deci, când vă simţiţi ameninţat lăsaţi toate preocupările voastre și reculegeţi-vă gândind la acest Spirit Divin care va pătrunde. Când veţi ajunge să-l atingeţi cu gândul, El vă va spune: „Vino, copilul Meu, cineva te urmăreşte, dar în preajma Mea vei fi aparat”....

Să presupunem ca sunteţi invadat de gânduri sau de sentimente emotive și orice ați face pentru a le vâna, nu reuşiţi. Ce-ați putea face? Luaţi o atitudine de observator. Începeţi să priviți, să observaţi liniştit toate aceste forțe și entităţi rele, manifestările lor, uneltirile lor; observându-le, deja vă plasaţi deasupra lor, și atunci iată ce se întâmplă; cum ele încep să simtă prezența cuiva care le supraveghează, asta le jenează... și dacă în acel moment proiectaţi asupra lor câteva raze de lumină, se dispersează pentru că ele nu iubesc lumina. Ele pot reveni și este chiar sigur că vor reveni (atât timp cât n-ați format în voi clişee noi, ele vor reveni) dar încă o dată le veţi observa și veţi proiecta asupra lor fascicolul luminos, și veţi sfârşi prin a vă debarasa de ele. Da, pur și simplu pentru ca v-ați menţinut deasupra lor. Iată secretul.

RUGĂCIUNE CONTRA SPIRITELOR RELE:

„În NUMELE IUBIRII DIVINE STATORNICE şi ETERNE
În NUMELE INŢELEPCIUNII DIVINE STATORNICE şi ETERNE
În CARE NOI NE MIŞCĂM şi NE DUCEM VIAŢA NOASTRĂ,
În NUMELE CUVÂNTULUI MAGIC VIU,
FIE CA TOT RĂUL şi TOT GÂNDUL INSPIRAT DE CEL VICLEAN SĂ FIE RISIPITE şi NIMICITE.

DIFICULTĂŢILE
PREVENIREA PERIOADELOR DIFICILE

Conştiinţa noastră se luminează și se întunecă, se umple și se goleşte, pentru ca noi suntem supuşi aceloraşi alternanțe ca și natura.

De aceea trebuie să fim conştienţi de perioada când trebuie să se producă fiecare fenomen. Presupuneţi că o perioada dificilă se apropie: dacă nu cunoaşteţi acest lucru, vă luaţi în mod imprudent angajamente pentru o acţiune sau alta, dar când soseşte momentul, nu aveţi nici inspiraţie, nici bucurie și va simţiţi descumpănit. Aţi fi putut evita aceasta dacă ați fi ştiut dinainte că vor veni zile întunecate când vă veţi simţi slăbit, deprimat. Toate greşelile se fac în momentul în care conştiinţa este întunecată. Învăţaţi să simţiţi apropierea unor astfel de momente și atunci când sosesc, să nu întreprindeţi nimic important.

NU ÎNCERCAŢI SĂ SCAPAŢI DE GREUTĂŢI

Cel care încearcă să scape de efort și de greutăţi va întâlni obligatoriu dificultăţi și mai mari. În loc să încerce să fugă de probleme, trebuie să încerce să le rezolve, dacă nu, a doua situaţie va fi mai rea decât prima. O schimbare nu poate fi benefică decât dacă ați ştiut mai întâi să rezolvaţi problema în fața căruia ați fost pus. Dacă vreţi să vă abandonaţi datoria pentru a găsi o situaţie mai agreabilă, înseamnă ca nu cunoaşteţi legile severe care comanda destinul. Lumea invizibila vă va spune: „Nu trebuie deci să fugim de dificultăţi, ci să căutam să le înţelegem bine sensul și să facem ce este necesar. Când vom simţi că am împlinit totul, vom putea merge indiferent unde, chiar în Infern, în toată liniştea, pentru ca îngerii pregătesc drumul pentru care au împlinit totul.

ACCEPTAŢI ÎNCERCĂRILE şi MULŢUMIŢI CERULUI

Vă aflaţi la o scoală spirituală, trăiţi în lumină, dar asta nu înseamnă ca, din când în când, nu vi se pot întâmpla unele accidente sau câteva nenorociri. Nu suntem feriți de aceste neajunsuri pentru că ne aflăm într-o scoală inițiatică. Pentru a nu vi se întâmpla nimic rău, trebuie lichidate toate datoriile trecutului. Dacă le mai prelungiți, indiferent dacă urmaţi sau nu un Învăţământ, că sunteți sau nu în Lumină, nu este nimic de făcut; trebuie să le plătiţi. Sunteţi într-un Învăţământ Divin, se înţelege; trăiţi în această lumină, nu mai faceţi de acum înainte decât bine, se înţelege, dar trebuie să ştiţi că acest bine va da rezultate în viitor și nu imediat. Deci, când treceţi prin încercări, trebuie să le acceptaţi și să spuneţi: „Doamne

Dumnezeule, aceasta nu poate distruge munca pe care am făcut-o în lumină. Cu atât mai bine ca am aceste probleme, înseamnă ca mă eliberez și e foarte bine. Acum ştiu de ce trebuie să trec prin toate astea, nu mă voi mai revolta, nu voi mai cere să fiu cruţat”.

DINTR-UN RĂU ÎNTOTDEAUNA POATE IEŞI UN BINE

Orice vi s-ar întâmpla, trebuie întotdeauna să încercaţi să vedeţi latura bună a lucrurilor. Deci, în fața dificultăţilor, bolilor, accidentelor, gândiţi că din acest rău ar putea ieşi un bine și astfel totul se va aranja. Spuneţi-vă: „De ce să nu îndur câteva neplăceri ca să pot avea alte bucurii?” Gratie necazurilor lor, mulţi oameni au realizări deosebite. Dacă n-ar fi avut anumite dificultăţi n-ar fi reuşit să înfăptuiască ceva măreţ, nobil, celest.

Studiaţi tot ce vi se întâmplă și întrebaţi-vă ce aşteaptă lumea invizibilă de la voi dându-vă dificultăţi sau insuccese.

Dacă vă obişnuiţi să aruncaţi o altă privire obstacolelor și evenimentelor în aparență neplăcute, veţi vedea că rămâne întotdeauna ceva de descoperit. Fericirea se află deseori acolo unde nu ați aşteptat-o..... Voi doriți să semene cu ideea pe care v-o faceţi voi despre ea, ei, nu, aceasta nu se va întâmpla niciodată. Dar nu vă descurajaţi, nu sunteţi singuri, există multe fiinţe invizibile care se gândesc la voi și care nu contenesc în a vă instrui și sfătui.

METODE DE PURIFICARE

POSTUL

BINEFACERILE POSTULUI PENTRU SĂNĂTATE

Toţi iniţiaţii recomandă postul, pentru ca ei ştiu că purifică organismul și că puritatea este baza sănătăţii.

Dacă nu postiți niciodată, celulele stomacului și toate organele sunt obişnuite să se bazeze pe stăpânul lor, dumneavoastră: ele ştiu ca le veţi satisface mereu și devin leneșe. Cum există o abundență de hrană, o parte nu poate fi absorbită în țesuturi unde încep să fermenteze, să putrezească. În timp ce, în post, celulele neprimind hrană, iau decizia să devină mai econome, mai înţelepte și mai active pentru a se putea descurca cu rezervele. În acel moment nu mai există fermentaţie în organism. Dacă nu postim niciodată ne expunem la mari pericole pentru viitor, fiindcă celulele devin pasive, leneșe și slăbite. Este evident ca postul prelungit slăbeşte organismul și poate chiar aduce moartea. Dar dacă ştim cât timp, în ce condiții și în ce stare de conştiinţă trebuie să-l ţinem, beneficiile sunt imense pentru sănătate.

POSTUL SĂPTĂMÂNAL

Este o obişnuinţă buna să postim în fiecare săptămână timp de 24 de ore. În acest timp puteţi bea apă caldă fiartă, dar nimic mai mult. În acelaşi timp veţi face o muncă spirituală, vă veţi lega de entităţile cele mai luminoase, va veţi alege muzica și lecturile care ar putea să vă inspire și să purifice gândurile și sentimentele voastre.

POSTUL în VIAŢA SPIRITUALĂ

1. PENTRU ÎNTĂRIREA GÂNDULUI

Postul nu are o influență bună numai asupra sănătăţii. Atunci când iniţiaţii doresc să ajute sau să salveze pe cineva care se află afundat în greutăţi, postesc, pentru a putea trimite forţele spirituale care se acumulează în ei în timpul acestei privaţiuni. De aceea Iniţiaţi postesc deseori pentru a-și putea ajuta prietenii sau semenii.

2. PENTRU ALUNGAREA ENTITĂŢILOR NOCIVE

Datorita postului putem alunga entităţile răufăcătoare care se adăpostesc în noi. Deja, în prima zi de post aceste entităţi se vor plânge de noi și vor spune: „Devine tare rău stăpânul ăsta, nu ne mai dă nimic” și vor pleca să caute pe altcineva care să-i hrănească.

Bineînţeles, există entităţi mai rezistente care nu ne părăsesc decât a doua sau a treia zi sau chiar mai târziu... Dar, în fiecare zi, noi entităţi ne abandonează, și ne simţim din ce în mai liniştiţi. Când discipolii au venit la Iisus să-l întrebe cum pot alunga demonii, El le-a răspuns prin rugăciuni și prin post. Nu există alte mijloace. Dacă nu postim niciodată, toate entităţile inferioare din nou se întăresc și devin atât de puternice încât vor sfârşi prin a ne distruge.

3. INTRERUPEREA POSTULUI

După un post de mai multe zile nu începeţi să mâncaţi imediat normal, aceasta poate antrena tulburări grave și chiar moartea în anumite cazuri.

Prima zi, trebuie să beţi câteva ceşti de supă uşoară, a două zi puteţi mânca ciorbă cu pesmeți, a

treia zi puteţi începe să mâncaţi normal, dar hrana uşoară și nu în prea mare cantitate. În acest fel nu vă expuneţi niciunui pericol și după un astfel de post va simţiţi întinerit, degajat, ca și cum materialele care vă stânjenesc organismul au dispărut, deșeurile și impurităţile au fost arse.

TRANSPIRAŢIA

Sudoarea are aceeaşi compoziție ca și urina, dar mult mai diluată. Deci, pielea care elimina sudoarea prin pori face aceeaşi muncă precum rinichii și transpirând, omul se curăță, se purifică. Există mai multe metode pentru a transpira ,dar vă sfătuiesc să urmaţi una foarte simplă: băuturi calde. Fierbeți apa și o beţi cât de calda posibil. Apa caldă intra în osmoză în toate canaliculele, le dilată se ridică prin capilaritate și produce transpiraţie prin pori.

Transpirând astfel va veţi simţi reînnoit, purificat, întărit. Transpiraţia este esenţială pentru sănătate. Simţiţi de exemplu că v-a luat frigul și ca începeţi să faceţi febră, puteţi să vă vindecaţi prin transpiraţie bând mai multe căni de apă foarte fierbinte care vă pot ajuta să eliminaţi toxinele.

Cele patru elemente

Fiecare fiinţă poartă în profunzimile subconştientului sau germeni nocivi care găsesc întotdeauna condiții propice pentru a creste și a împiedica existența proprie. De aceea, când un discipol este deja foarte avansat pe drumul evoluţiei, primeşte misiunea de a pătrunde în profunzimile subconştientului său și cu ajutorul Îngerilor celor patru

elemente Îngerul Pământului, Îngerul Apei, Îngerul Aerului, Îngerul Focului, se debarasează de aceşti germeni: îi arde prin foc, îi risipeşte prin vânt, îi îneacă prin apă sau îi face să dispară în pământ. Numai astfel se eliberează complet.

Trebuie bine cunoscut rolul fiecăruia din cele patru elemente.

1. **PĂMÂNTUL**

Pământul preia toate impurităţile, asta este proprietatea sa; este ca un magnet care atrage tot ce este murdar și impur pentru a-l transforma apoi în laboratoarele sale. Priviți cum el ia și transformă tot ce noi aruncăm, pentru a ni le reda sub formă de flori și fructe delicioase...

De aceea, când simţiţi o tulburare, o nelinişte, o impuritate, daţi-le pământului. Săpaţi o mica gaură, puneţi-vă acolo degetele și vorbiți pământului ca unei fiinţe inteligente cerându-i să preia tot ce vă tulbură. Spuneţi: „O, Pământule, mama mea, tu care mi-ai dat toate elementele din care este făcut corpul meu, iți mulţumesc! Dar te implor, binevoiește să iei în șantierele și în laboratoarele tale extraordinare toate impurităţile acumulate în mine dealungul anilor și să mi le redai transformate în elemente pure pentru a-mi putea îndeplini misiunea mea în lume”.

Când ați terminat recitiți formula Kabbalistică pe care v-am dat-o: Taro – Tora – Rota – Tarota – Rotaro.

2. **APA**

Apa este un element foarte propice purificării pentru că, peste tot unde trece, ea preia, absoarbe. În

planul eteric de asemenea apa are aceleaşi proprietăţi de a reține, de a absorbi; de aceea Iniţiaţii au obiceiul de a face un ritual cu apa pentru a se putea debarasa de toate impurităţile psihice. Ei pronunţă și se servesc de anumite formule pentru a activa apa și îi dă mai multa putere. Dar pentru a ne purifica cu adevărat prin apă, trebuie să intram în comuniune cu apa spirituală, apa cosmică ce este dincolo de apa psihică. Până nu veţi intra în contact cu această apă, stratul de fluide nu vă va părăsi complet.

CUM SĂ FACEM BAIE

Majoritatea oamenilor nu gândesc că spălându-și corpul lor fizic au ceva de făcut și pentru a-și purifica corpul lor eteric și corpul lor astral. În planurile eteric și astral se găsesc impurităţi de care este dificil să se debaraseze, iar cele ale planului astral sunt mai puternice, mai indezirabile și mai nocive decât ale tuturor celorlalte planuri.

Apa este capabilă de a îndepărta aceste impurităţi, dar trebuie mai întâi s-o activăm. Pentru aceasta trebuie să luaţi o anumită cantitate de sare (ştiţi fără îndoială că sarea joacă un rol foarte important în ceremoniile religioase) pe care o pregătiţi încă de dimineață aprinzând lumânări, arzând tămâie și pronunţând câteva cuvinte pentru a o consacra purităţii absolute, Mamei Divine, Spiritului Cosmic, și cereţi Inteligențelor celeste să o binecuvânteze pentru a-i conferi virtuţi purificatoare.

Înainte de a intra în baie, aruncaţi în apa această sare pe care ați consacrat-o și pronunţaţi câteva cuvinte pentru a sfinţi apa prin virtuţile sării, apoi adresaţi-vă Mamei Divine spunându-i: O, Mamă Divină,

admir aceasta apă care este o reflectare a Ta; Te rog, sfințește-o ca să-mi poată îndepărta toate impuritățile, toate bolile și slăbiciunile mele ca să-l pot sluji mai bine pe Tatăl meu Ceresc”. Apoi atingeţi apa și vorbiți creaturilor care o populează: „O ondine, cât de frumoase, pure și transparente sunteţi! Primiți-mă acoperiți-mă și lucraţi asupra mea pentru a scoate din fiinţa mea tot ce nu vibrează în armonie cu Cerul!” Spunîndu aceasta, atingeţi apa cu multa dragoste.

Apa este un element în care trăiesc entităţi invizibile dar frumoase și pure; prin ea intraţi deci în contact cu aceste entităţi care sunt foarte sensibile și care vor fi binevoitoare din cauza atitudinii noastre pline de iubire. Luaţi apoi într-un vas din această apă pe care ați binecuvântat-o, pentru a o turna pe dvs. după ce ați terminat să vă spălaţi. Când intraţi în apa, spuneţi cât este de frumoasa cât de încântat sunteţi, și vă săpuniți de trei ori. Dacă aveţi multa credinţă și multă iubire, veţi obţine rezultate frumoase; totul depinde de credinţa și de iubirea voastră.

A LUCRA CU APA

Să presupunem ca ați dori să vă purificaţi, dar n-aveţi apă; puteţi face totuşi acelaşi lucru prin Gând. Imaginaţi-vă senzaţia de prospeţime, simţiţi apa curgând pe voi și îndepărtându-vă toate impuritățile. Baia spirituală vă poate cu adevărat curăța pentru că în realitate adevărata apă nu este apa fizică. Apa veritabilă trebuie găsită în interior. Omul posedă în el surse de apă vie, și de această apa vorbeşte Iisus când spunea: „Din sânul său vor izvorî râuri de apă vie”. Apa fizică nu este decât un mijloc de a intra în comunicare cu apa spirituală.

CUM PUTEŢI UTILIZA APA PENTRU A SCĂPA DE STĂRILE NEGATIVE

Poate că aveţi uneori chinuri de care nu ştiţi cum să scăpaţi. Priviți și ascultaţi atunci cum curge apa. Chiar dacă nu este decât apa de la robinet, după câteva momente va simţiţi uşuraţi. Ce s-a întâmplat? Apa care curge influenţează plexul solar antrenând materialele care vă perturbă.

Puteţi astfel să vă scufundaţi mâinile în apă caldă sau rece, și după câteva minute veţi avea impresia ca v-ați debarasat de greutatea pe care o simțeați.

Spălaţi-vă mâinile conştient cu săpun o dată, de două ori... și chiar până la zece ori. Datorita Gândului ce acţionează în timp ce vă spălaţi, totodată și mâinile eterice care sunt dincolo de Mâinile voastre fizice.

CUM SA MAGNETIZAM APA

Odată ce v-ați spălat mâinile ele pot deveni conducătoare de energie celestă. În acel moment, puteţi să introduceţi aceste energii în apa pe care o beţi. Luaţi un pahar cu apă pură (de preferinţă dintru-un izvor, sau lac de munte), ţineţi paharul în mâna stingă și cufundaţi în apa primele trei degete ale mâinii drepte (policele, indexul, mediu și concentrându-vă asupra iubirii, înţelepciunii și adevărului, pentru a impregna apa. Apoi beţi aceasta apă gândind: „Pentru iubirea care vindecă, pentru înţelepciunea care luminează, pentru adevărul care eliberează”.

3. AERUL

1. **Exerciții de respiraţie** (vezi cap II)

2. **Exerciții cu Îngerul aerului**

Când este vânt, puteţi ieşi să vă plimbaţi, rugând Îngerul Aerului să vă preia grijile și impurităţile voastre.

3. **Expunerea la aer**

Dacă aveţi posibilitatea, într-un loc la adăpost, expuneţi-vă gol imaginându-vă ca aerul trece prin voi și vă curăță de toate impurităţile voastre.

4. **FOCUL**

Focul este o poartă care se deschide lumii de dincolo deoarece reprezintă limita dintre lumea fizică și lumea eterică. Prin foc este deci mai uşor de intrat în comunicare cu lumea divină. Dacă înainte de a împlini un act important, Iniţiaţii au obiceiul să aprindă o lumânare, este pentru că ei ştiu că numai focul poate să-i introducă în regiunile subtile și să-și facă astfel gândul și vocea auzite.

1. **EXERCIŢII LA RĂSĂRITUL SOARELUI (vezi cap**. **IX privitor la soare)**

2. **În FAŢA FOCULUI**

Aţi văzut cu toţii arzând un foc de lemne într-un șemineu, dar v-ați întrebat cum se face că ramurile care erau uscate, negre, strâmbe devin atât de frumoase și strălucitoare? Nu este un miracol să vezi

ceva atât de negru cum devine atât de luminos? Dacă și voi, când vă vedeţi sau când sunteţi în jurul unui foc, imaginaţi-vă că aduceţi toate ramurile voastre uscate, adică toate vechile voastre tendinţe instinctuale. Tot ce este inutil, aruncaţi în foc! Pentru că focul este capabil să transforme totul în căldură, în lumină, de care tot voi veţi beneficia.

Dacă nu, ce-ați putea face cu aceste uscături? Nu vă pot nici încălzi, nici lumina, pentru că nu sunteţi capabili de a le transforma. Daţi-le focului și el vi le va înapoia sub formă de lumină și căldură.

3. În FAŢA UNEI LUMÂNĂRI

Într-o camera liniştită, pregătiţi-vă să aprindeţi o luminare în stare de calm și reculegere. Consacraţi (închinați) mai întâi lumânarea unei entităţi: Mama Divina, Tatăl Ceresc, Duhul Sfânt , Sufletul universal, Arhanghelul Mihail...

În timp ce lumânarea este aprinsă, focul este prezent și la fel și celelalte trei elemente: aerul, fără de care focul nu poate arde, pământul (partea solida a lumânării), și apa - ceara topită. Privind flacăra, gândiţi-vă că vă aflaţi în fața unui mare mister al naturii și priviți-o ca și cum ar fi pentru prima oară. Asemenea picăturii de apă care conţine toate proprietăţile oceanului, flacăra este o picătură din Oceanul Cosmic, din Focul Universal. Ea este un centru care răspândeşte lumina, căldura, viaţa; ea va pune în legătură cu imensitatea vieţii cosmice.

Când simţi că ați ajuns să vă legaţi de flacără, aplecați-vă asupra ei, deschideţi gura și aspiraţi de trei ori; reţineţi respiraţia un moment apoi expiraţi. Trebuie

să repetaţi exercițiul pentru cele patru corpuri: fizic, eteric, astral și mental.

Pentru corpul fizic pentru a trezi forţele ascunse în el și de a-l proteja de atingerea focului.

Pentru corpul eteric pentru a-l impregna de vibraţiile flăcării.

Pentru corpul astral pentru ca pacea și armonia să se instaleze în inima voastră.

Pentru corpul mental pentru ca gândul vostru să fie luminat.

Ceea ce aspiraţi este viaţa care se ridică de la flacără în sus și vă veţi simţi întărit.

Cum Îngerul focului vă va vedea că admiraţi această flacără vie, vă va ajuta, va începe să vă iubească și dacă lumea întreagă va arde, când ați ajuns să aveţi aceleaşi vibraţii cu ale focului, veţi scăpa de distrugere.

Rugaţi-vă deasemenea și faceţi un ritual pentru ca această flacăra să se instaleze în voi. De aceea adresaţi-vă ei spunându-i :

„Flacără prea iubita, simbol al Duhului Sfânt, simbol al Focului Cosmosului simbol al Soarelui, intra în mine, impregnează celulele mele pentru ca Duhul Sfânt să coboare într-o zi în mine și să-și găsească sălaşul”.

RUGĂCIUNEA ÎNGERILOR CELOR PATRU ELEMENTE

Doamne Dumnezeule Atotputernic, Creatorul Cerului și al Pământului Tată îndurător și atotştiutor, trimite-mi cei patru Îngeri ai Tăi: Îngerul Pământului, Îngerul Apei, Îngerul Aerului, Îngerul Focului. Pentru ca voinţa Ta să se manifeste prin mine.

Fie ca Îngerul Pământului să preia toate deșeurile corpului meu fizic pentru a fi absorbite și transformate în sănătate și putere! Să cureţe întregul meu corp pentru ca viaţa să poată circula în abundență în venele și arterele mele: Ca întreaga mea fiinţă să fie alinată, degajată, eliberată, pentru ca Împăraţia lui Dumnezeu și Dreptatea Sa să se înfăptuiască pe pământ iar Era de Aur printre oameni!

Fie ca Îngerul Apei să spele inima mea de toate impurităţile! Pentru ca dragostea dezinteresată să se instaleze în inima mea și să-mi aducă fericirea, bucuria și împlinirea totală. Pentru ca inima mea să fie limpede, cristalină, transparentă, pentru ca Împăraţia lui Dumnezeu și Dreptatea Sa să se înfăptuiască pe pământ iar Era de Aur printre oameni.

Fie ca Îngerul Aerului să purifice intelectul meu introducând în ea înţelepciunea și lumina! Ca gândul meu să devină pătrunzător, clar, luminos, pentru ca Împăraţia lui Dumnezeu și Dreptatea Sa să se înfăptuiască pe pământ, iar Era de Aur printre oameni.!

Fie ca Îngerul Focului, nimeni altul decât Îngerul Soarelui să-mi sfințească Sufletul și Spiritul! Fie ca Adevărul Absolut să între în fiinţa mea întreagă! Ca sufletul și spiritul meu să cunoască viaţa eternă și să fie lăcașul Atotputerii Divine Creatoare, pentru ca Împăraţia lui Dumnezeu și Dreptatea Sa să se înfăptuiască pe pământ, iar Era de Aur printre oameni !

Amin, Amin, Amin!

Aşa să fie, aşa să fie, aşa să fie!

A NE RIDICA PENTRU A GĂSI PURITATEA

Pentru a găsi puritatea trebuie să urcam, să ne legam de Cer. În jos nu găsim decât impurităţi, gunoi,

care se acumulează, elementele cele mai grele, mai terne, nămolul. Tot ce este cristalin, transparent eteric, trebuie căutat în sus. De aceea cel care obișnuiește să urce mai sus, mereu mai sus, până la Dumnezeu, va obţine puritatea, chiar dacă n-a căutat-o, pentru că în acest efort de a se ridica, de a se depăşi, se produce deja o curăţire și o purificare în toate corpurile cele subtile.

Când dorim să curățăm să albim sau să decoloram anumite țesături le cufundam în vapori sau în baie. Acelaşi lucru este și pentru om. Când se leagă de Divinitate, deja prin Corpurile sale superioare este cufundat într-o altă atmosferă, în alte vârtejuri, alte vibraţii care acţionează asupra lui și toate petele, toate încălcările sunt şterse. Da, acolo sus sunt tot felul de „maşinării" care produc vapori foarte puternici, și cel care se expune acestor vapori se purifică. Dacă puneţi o batistă într-un vas care a conţinut parfum, când o scoateţi după un timp ea este impregnată cu acest parfum. Şi voi la fel, dacă intraţi în aceasta lume plină de lumină și parfumuri, întreaga voastră fiinţă se impregnează cu chintesenţele acestor regiuni apoi devine iluminată, înmiresmată, și toţi încep să simtă ca ceva divin emană din voi, o atmosferă de frumuseţe, de puritate, de lumină! Credeți-mă, este un adevăr absolut.

Să nu uitaţi deci niciodată, că pentru a ne purifica, pentru a vedea mai clar, nu este decât un singur lucru de făcut să ne obişnuim a ne urca, a urca cât mai sus posibil; acolo unde se găsesc cele mai bune idei cele mai bune dorinţe, tot ceea ce există mai bun, pentru că acolo sus totul este luminos și parfumat.

RELATIILE UMANE

DATORIILE şi RECUNOSTIINŢA

1. **Datoria noastră fața de familie, societate ,casa, etc**.

Omul a primit de la părinţii săi corpul, viaţa (spunem viaţa, dar de fapt nu sunt ei cei care-l crează), vesmintele, hrana, locuinţa, educaţia.... Este o întreagă datorie acumulată care trebuie să fie plătită. Mulţi copii refuză să o recunoască își critică părinţii, se opun lor, chiar îi detesta... Este nedrept. Părinţii i-au iubit, au suferit pentru ei, i-au îngrijit când au fost bolnavi, s-au ocupat de educaţia lor. Omul are deci o datorie față de părinţii săi.

Apoi omul are de asemenea o datorie față de societate sau de naţiunea căreia îi aparţine pentru că i-a dăruit o întreagă zestre de cultură și civilizaţie, cu muzee, biblioteci, laboratoare, teatre... Ea îi pune la dispoziție trenurile sale, vapoarele, avioanele sale, medicii săi pentru a-l îngriji, profesorii săi pentru a-l instrui, armata sa ... și chiar jandarmii săi pentru a-l proteja!

Apoi el datorează ceva rasei sale fiindcă i-a dăruit o anumită culoare a pielii, o structură fizică și psihică, o mentalitate și asta nu este tot; el are datorii față de planetă, față de pământul care l-a hrănit și l-a purtat, față de întregul sistem solar, pentru că grație soarelui și planetelor noi suntem fără încetare susţinuţi de Domnul.

Cea mai mare parte a oamenilor nu fac decât să ia fără să fie conştienţi de imensitatea datoriilor lor... Dar discipolul, el caută să fie conştient de datoriile sale și să le achite. De aceea el își iubeşte întâi părinţii, îi

ajută și le face bine pentru a le înapoia ce le datorează. El redă ceva societăţii, naţiunii, umanităţii întregi, sistemului solar, întregului cosmos și în fine lui Dumnezeu. Prin activitatea sa, gândurile sale, sentimentele sale, fără încetare dă tuturor lucruri bune și natura îl recunoaşte ca pe o fiinţă inteligentă.

2. DATORIA DISCIPOLILOR CĂTRE MAEŞTRII LOR

În ce priveşte discipolii, voi aveţi o datorie imensă față de maestrul vostru. Voi spuneţi: „Atunci, cât trebuie să-i dam?” Nimic, el nu cere nimic, dar într-o zi veţi fi obligaţi să faceţi pentru ceilalţi atât cât a făcut și el pentru voi, trebuie să manifestaţi pentru celelalte creaturi aceeaşi abnegaţie, aceeaşi indulgență, aceeaşi dragoste. Numai astfel vă veţi plăti datoria voastră. Peste tot trebuie să existe un echilibru și eu am primit enorm de multe lucruri. Cerul s-a ocupat de mine și se ocupă în continuare de mine; el mă luminează, mă instruieşte și acum am o datorie față de el pentru toate greutăţile lui, pentru toate aceste binecuvântări pentru toata aceasta abundenta, pentru toata aceasta dragoste pe care mi-o dăruieşte zi și noapte și cum să plătesc datoria? Lucrând pentru El, deschizându-i drumul să-și poată îndeplini proiectele.

Şi voi, credeţi ca veţi scăpa? Oh, cât sunteţi de ignoranţi! și voi deasemenea, veţi fi obligaţi să plătiţi.

RELAŢIILE DE AFECŢIUNE

1. IUBIŢI FĂRĂ SĂ AŞTEPTAŢI SĂ FIŢI IUBIŢI

Dacă aşteptaţi întotdeauna să fiți iubiți, nu veţi fi niciodată fericiți, pentru că contaţi pe lucruri foarte nesigure. Într-un moment veţi fi iubiți, dar în momentul următor nu se ştie ce se va întâmpla. Nu trebuie să contaţi pe iubirea celorlalţi. Ea poate va veni, bineînţeles poate veni chiar neîncetat, și dacă vine este binevenită, dar nu trebuie să contaţi pe asta.

De aceea vă spun „vreţi să fiți fericiți? Nu cereţi să fiți iubiți, dar voi iubiți, zi și noapte, și veţi fi fericiți fără încetare. Poate într-o zi veţi întâlni o dragoste formidabilă... Da, de ce nu?" Aceasta poate veni, dar n-o aşteptaţi.

Iată cum am rezolvat eu problemele: eu contez pe dragostea mea, vreau să iubesc și dacă ceilalţi nu vor să iubească, este treaba lor, ei vor fi nefericiți, dar eu sunt fericit. Și iată problema rezolvată.

2. RELAŢIILE PĂRINŢI – COPII

Cei mai mulţi părinţi cred că ei sunt creatorii copiilor lor și gândesc ca au dreptul să acţioneze față de ei aproape cum vor ei. Nu, părinţii trebuie să cunoască dreptul ca ei au clădit numai casa copilului lor: corpul său; ei nu i-au creat și sufletul, care vine de foarte departe. Copilul este trimis la părinţii săi ca într-o tară străină pentru a face studii. Femeile în care el coboară este pentru el ca o pensiune unde va fi adăpostit, hrănit, educat și instruit. Copilul este un suflet venit de departe iar părinţii nu sunt decât educatorii săi. Aceşti perceptori s-au angajat să hrănească și să educe copilul până când Tatăl sau Ceresc îl va cere.

Când un copil este dat în îngrijire într-o familie, mai devreme sau mai târziu părinţii săi adevăraţi vor veni

să-l ceara; ei întreabă ce datorează celor ce l-au avut în grijă și dacă copilul a fost bine îngrijit ei sunt foarte generoşi. La fel părinţii trebuie să ştie că copii lor vin de lingă Dumnezeu și ca ei au datoria să-i trateze bine pentru că mai târziu copiii vor spune Tatălui lor despre grija și iubirea pe care perceptorii lor le-au dăruit-o.

3. RELAŢIILE DINTRE BARBAŢI şi FEMEI

a) DRAGOSTEA

Oamenii nu vor găsi la problemele de dragoste soluţii decât după ce-și vor schimba maniera de a privi lucrurile. Cauza tuturor dezordinilor este că bărbaţii n-au învăţat niciodată cum să prețuiască femeile, nici femeile pe bărbaţi. Dacă bărbatul consideră femeia ca pe o femelă, ca un obiect al plăcerii, îi va determina deja comportamentul și va fi obligat să găsească o ieşire tuturor tendinţelor sale inferioare. Dar dacă o consideră ca pe o divinitate, va avea o altă influență asupra ei. Iisus spunea: „Să se facă după credinţa ta". Da, modul nostru de a considera lucrurile sau fiinţele îi face să fie într-un fel sau altul; este ceva magic. Dar n-a fost explicat niciodată acest lucru.

Să nu sperăm că vom schimba forma dragostei noastre până nu schimbam modalitatea de a considera pe cel sau pe cea care este obiectul dragostei noastre. Dragostea este dificil de a o schimba, dar dacă modificați modul vostru de a vedea o fiinţă și automat acţionaţi asupra voastră, asupra sentimentelor, tendinţelor, manifestărilor voastre.

Astfel acţionez eu, considerând femeia ca pe o divinitate. Veţi spune: „Biet bătrân, cât sunteţi de departe de adevăr: Dacă ați şti numai ce este femeia!

și credeţi că eu nu ştiu? Dar nu vreau să mă gândesc la asta. Nu mă interesează ce este sau ce ar putea fi ea în regiunile inferioare. Ceea ce mă interesează este ce poate ea reprezenta în planurile celeste ca scânteie divină, ca reprezentanta a Mamei Divine, ca poezie ca frumuseţe. Și voi, deasemenea, trebuie să vă schimbaţi concepţiile. Bărbaţii trebuie să-și schimbe părerea pe care o au despre femei și femeile despre bărbaţi, dacă nu, porţile evoluţiei lor vor fi închise și nu vor face nici un progres. Pentru femeie, și bărbatul trebuie să fie divinitate... Decurge din aceasta o mare diferenţă de atitudine după cum consideram fiinţele umane ca pe ansambluri de molecule și de atomi sau ca pe suflete și spirite.

Dacă un bărbat și o femeie vor să manifeste adevărata iubire și să cunoască adevărata fericire, eliberare, ei trebuie întotdeauna să se considere reciproc ca reprezentanți ai Tatălui Ceresc și ai Mamei Divine. Dacă nu, bărbatul va îmbrăţisa pe femeia sa, va îmbrăţisa și slăbiciunile ei și limitele ei, nu va aştepta ceva superior de la ea, ceva măreţ, ceva pur, și iubirea lor va avea un sfârşit. Trebuie deci să existe o altă înţelegere: ca bărbatul să considere femeia ca pe o reprezentantă a Mamei Divine și ca femeia să considere pe bărbat ca pe un aspect al Tatălui Ceresc. Prin această manieră de a se considera, ei intra în legătură deja cu ceva superior lor și fiecare dintre ei devine ceva mai mult decât un iubit sau o iubită și ţin în sufletul, în inima, în braţele lor ceva din imensitate, și din aceasta imensitate curg raze, curente de o natură mai subtilă.

Atunci îngerii, spiritele divine, spiritele naturii, vin să aducă forţa lor și bucuria lor acestor două fiinţe care

se exprimă în cel mai frumos limbaj al creaţiei, limbajul dragostei, al iubirii nelimitate.

b) VIAŢA COTIDIANĂ

Să luăm de exemplu un cuplu pentru a vedea cum se petrec lucrurile de obicei. Dimineaţa bărbatul pleacă la lucru: „La revedere draga... La Revedere dragule!” Se îmbrăţişează, dar rece, gândind fiecare la altceva. După ce se închide uşa, femeia începe să bombăne: „Ce prostie am făcut că m-am măritat cu asta! Este un leneș, un incapabil, un neîndemânatic... Pe când vecinul, când i-am văzut maşina și cum a îmbrăcat-o pe nevastă-sa... blănuri, bijuterii...Ah! Ce nefericire!” și începe să plângă, se lamentează, tună și fulgeră: „nu mai pot suporta o astfel de situaţie. Când se va întoarce diseară, o să vadă el, o să audă el! și se pregăteşte deja; toata ziua ameninţă și se otrăveşte.

Şi soţul începe și el pe alta parte: „Ah aceasta...(n-o să vă spun cuvântul) de ce am făcut prostia s-o iau de nevasta? Este atât de banală, atât de stupidă! Nu gândeşte altceva decât să se plimbe prin magazine cu cățelușul și să se îndoape la cofetărie cu prietenele ei. Nu face nimic în timp ce eu lucrez aici în praf, în zgomot, pentru a aduce niţel mai mulţi bani. Dar asta nu poate dura, o să vadă ea când mă voi întoarce!” Deci toata ziua fiecare bombăne în felul lui și seara când se întâlnesc se sfâşie ... și a doua zi totul reîncepe ... și iată cum lucrurile s-ar putea petrece dacă bărbaţii și femeile ar accepta să-și schimbe punctele lor de vedere.

Dimineaţa, înainte de despărţire, soţul și soţia se îmbrăţişează mult și tandru, cu căldură. După ce pleacă, ea începe să spună; Ah, săracul, când mă

gândesc la sacrificiile pe care le face pentru mine. Cum m-a putut lua de nevasta? Este un om atât de drept, atât de nobil, de cinstit! și în plus câtă dragoste! Cum m-a îmbrăţişat! Toata ziua, lucrează în zgomot și praf, se zbate ca un nebun ca să-mi aducă câţiva bănuți. Eu sunt liberă, mă pot odihni, mă pot plimba, în timp ce el n-are măcar un minut să răsufle. Dar îi voi pregăti ceva mai bun diseară când va veni. Și astfel se gândeşte la el toata ziua și este fericită. Iar el pe de alta parte, își spune: De ce m-am căsătorit cu ea? Este o victimă: toată ziua deretică, se ocupă de copii, îi spală, nu are timp niciodată să se plimbe. Eu mă duc la restaurant cu colegii mei, discut cu ei iar ea săraca, sta toata ziua singură în casa... Ah! cu adevărat este o femeie de treaba, n-o voi lăsa așa. Şi îi cumpără flori, un cadou pentru a-i face o surpriză, iar seara când se regăsesc sunt fericiți, se sărută, gânguresc! Ce dragoste!

În realitate, în aceste două povestiri, probabil soţii și soţiile nu erau mai buni unii cu alţii, dar numai în capul lor punctul de vedere erau diferite, o altă viziune asupra lucrurilor. Este atât de uşor de remediat asta! Pe noi înşine nu ne putem schimba aşa de uşor dar dacă ne schimbam punctul de vedere, totul se schimbă.

RELAŢIILE DE DUŞMĂNIE

URA CREAZĂ LEGĂTURI LA FEL DE PUTERNICE CA DRAGOSTEA

Când detestaţi pe cineva este exact ca și cum l-ați iubi: deja aveţi, o legătură cu el. Ura este la fel de puternică precum dragostea. Dacă doriți să vă eliberaţi de cineva, să nu-l mai vedeţi niciodată, nu-l detestaţi,

fiți indiferenţi. Dacă-l urâţi ,vă legaţi de el cu lanţuri pe care nimic nu le va putea desface; veţi fi tot timpul cu el și veţi avea de-a face cu el timp de ani și ani. Ura este o forţă care vă leagă de persoana pe care-o urâţi. Este la fel ca în dragoste dar bineînţeles, legătura este diferită. Dragostea vă va aduce unele lucruri și ura altele, dar la fel de sigur și puternică ca și dragostea.

2. IUBIREA CA MIJLOC DE APĂRARE

Ca să vă puteţi apăra de inamicii voştri, iubiți-i. Dacă-i detestaţi, îi dispreţuiţi sau îi dușmăniți, aura voastră s-a rupt și prin aceste spărturi se stabileşte o comunicare cu tot ce este negativ, dăunător în ei și astfel primiți răutățile lor, ura lor, care odată intrată în voi, începe să vă distrugă.

Din această cauză Iisus a spus „Iubiți-vă duşmanii”. Iisus cunoştea aceste legi, ştia că atunci când urâm pe cineva, devenim vulnerabil. Pentru a ne apăra trebuie să intrăm în inatacabila fortăreaţă a iubirii. Să ne iubim duşmanii este unul din lucrurile cel mai greu de realizat, dar este singura cale de a ne apăra de ei.

3. UTILIZAREA JIGNIRILOR CA PE UN PRILEJ DE EVOLUŢIE SPIRITUALĂ

La cea mai mică jignire, cea mai mică ofensă, natura voastră inferioară vă spune: „Da-i o lecţie, musca-l, sparge-i gura!” iar voi alergaţi repede să-i executaţi sfaturile. În timp ce natura voastră superioară vă spune „Nu te preta la asta, bătrâne, aşa e, dar tu trebuie acum să profiți de ocazie pentru a o transforma, a sublima acest afront; tu eşti alchimist,

vei scoate aur! și aşa și este voi primiți o ofensă, o critică nedreaptă, natura voastră superioara vă mai spune: „De ce să plângi ore întregi când ai ocazia să te pui pe lucru? chiar ar trebui să mulţumeşti Cerului, pentru că această persoană a fost trimisă să-ţi dea posibilitatea să crești, iar tu stai aici și bocești? Dar eşti tare prost!”

Discipolul nu urmează sfaturile naturii sale inferioare, el nu vrea să rămână mereu ofensat, nervos, slab, sentimental, capricios, dezechilibrat, degradat, dezordonat, haotic, de aceea el caută în tot ce i se întâmplă un element pozitiv pentru a se pune pe treabă.

4. O METODĂ DE A IERTA

Cel care este slab și sărac spiritual nu poate ierta, el cauta să se răzbune. Pentru a-l ierta pe cel care v-a făcut rău, trebuie să deveniți mare, bogat, puternic, luminos; să vă spuneţi: „Trebuie să-l iert pentru ca bietul nu ştia în ce situaţie se află făcând răul, legile justiției divine sunt implacabile și va suferi pentru a repara răul făcut. În timp ce eu chiar dacă sunt victima, sunt privilegiat pentru că lucrez pentru bine, pentru Împăraţia lui Dumnezeu, pentru lumină” și gândind astfel, comparând întreaga splendoare în care trăiţi alegând drumul binelui cu mizeria și întunericul celor care sunt nedrepți și rai, emanând sentimente de milă, înţelegere și dragoste, prin stăpânire de sine. Aceasta generozitate la care nu ați putea ajunge pe nici o cale, o puteţi dobândi uşor astfel.

Unii vor spune: „Dar această atitudine seamănă mult cu cea a fariseului din Evanghelie care se ruga în templu mulţumind Domnului că nu este ca restul

oamenilor și mai ales ca plebeul care stă îngenunchiat mai încolo; acesta este orgoliu!” Niciodată! Fariseul se lăuda că postea de două ori pe săptămână, ca dădea zeciuială din toate bunurile sale și îl dispreţuia fără motiv pe plebeu care era mai bun, poate, ca el. Atitudinea de care vă vorbesc este diferită. Va spun ca dacă sunteţi o victimă a unor calomnii sau nedreptățiți, recunoscând toate splendorile pe care Dumnezeu vi le-a dat în timp ce duşmanul vostru a fost privat de ele, trebuie să înţelegeţi că în realitate voi sunteţi privilegiaţi. Pentru moment inamicul vostru triumfă, se subînţelege, a reuşit să vă facă rău, dar totuşi el este de plâns aşa cum sunt toţi cei care fac rău fiindcă într-o zi justiția divină îi va pedepsi într-un fel sau altul.

Vedeţi, este cu totul altceva, și în acest sens trebuie să înţelegem cuvintele lui Iisus: „Tată, Iartă-i că nu ştiu ce fac”.

5. A ÎNVINGE DUŞMANII RIDICÂNDU-VĂ DEASUPRA LOR

Gândim că ne putem debarasa de un duşman, că l-am putea învinge, vorbind fără încetare împotriva lui. Ei, nu! nu ne putem învinge duşmanii purtând peste tot imaginea lor; mai devreme sau mai târziu, ei vor fi învingătorii. Nu-i putem învinge pe cei răi prin răutate, calomniatorii prin calomnie, geloșii prin gelozie sau pe cei furioşi prin furie pentru că prin acestea ne identificam cu ei, devenim egali cu ei intrăm în aceeaşi categorie.

Pentru a ne proteja, pentru a fi invulnerabili, trebuie schimbat nivelul, frecvență, deci nu rămâneţi în acelaşi vibraţii, aceleaşi slăbiciuni, aceleaşi emanaţii ale inamicului vostru, pentru că, dacă este mai

puternic, vă va atinge. Trebuie să urcaţi, adică să atingeţi regiunile cele mai nobile, mai pure, mai luminoase. Odată ce ați urcat prin voinţă, meditaţie, rugăciune, duşmanul vostru nu vă mai poate atinge pentru că vibraţiile voastre sunt diferite de ale sale și din moment ce sunteţi protejaţi, baricadaţi cu lumină, iubire, puterea cerească, nu numai că gândurile rele nu vă vor putea atinge, dar se vor întoarce împotriva lor și-i va ataca, îi va strivi.

Iată cum Iniţiaţii, înţelepţii, Marii Maeştri și-au învins duşmanii. Ei trăiesc o viaţă atât de pură, de nobila, de cinstită, strălucitoare, că toţi cei care se-îndârjesc împotriva lor își vor sparge capul mai devreme sau mai târziu, pentru că exista un șoc prin ricoșare. Această ricoșare nu se poate produce dacă sunteţi exact ca duşmanii voştri, adică slab, rău, senzual, în acel moment primiți toate murdăriile pe care ei vi le trimit. Dar dacă vă aflaţi mult mai sus, viaţa pe care o duceţi devine pentru voi o protecţie: trimite înapoi tot ce este rău, negativ, celui care a trimis.

Deci, dacă vreţi să fiţi protejat, apărat, în siguranţă față de tot ceea ce se spune sau se face împotriva voastră, trebuie să vă schimbaţi viaţa, să vă situaţi la un alt diapazon, într-o alta regiune unde veţi fi invulnerabil.

DOUĂ METODE PENTRU A-I AJUTA PE TOŢI OAMENII

1. SĂ TRIMITEM GÂNDURI BUNE ŞEFULUI STATULUI

Majoritatea oamenilor nu lansează decât critici și blesteme la adresa celor ce-i guvernează și chiar pentru a amuza publicul, peste tot, în ziare, în cabarete și music-hall-urile, sunt prezentaţi conducătorii într-o manieră ridicolă și grotescă. Deci, săracii, hartuiți de aceste gânduri negative și dăunătoare, sunt împinşi să ia decizii nefaste pentru țară, iar greşelile se răsfrâng asupra poporului.

Pentru a vă ajuta țara, trebuie să trimiteţi gândurile voastre bune celui ce este în frunte, să trimiteţi lumina ca să fie mereu bine inspirat. Voi nu puteţi să vă ajutaţi întreaga țară pentru că este foarte mare dar este suficient să ajutaţi un om, unul singur, este mai uşor și el va face bine la toţi pentru că multe lucruri depind de el. Dacă el reuşeşte să realizeze votarea unor legi sociale în favoarea sănătăţii publice, locuințelor, învăţământului... tot poporul va primi binefacerile faptului că unul singur a fost bine inspirat.

2. SĂ VEDEM OMENIREA CA PE O SINGURĂ FIINŢĂ CĂREIA ÎI TRIMITEM AJUTORUL

Gândim ca este imposibil să acţionăm pentru a ajuta întreaga umanitate, a ameliora, ne spunem: „Sunt atât de numeroşi este imposibil !” Bineînţeles, este imposibil, e ceva gigant. Dar dacă cunoaştem anumite metode, aceasta devine posibil.

Încercaţi, de exemplu să vă imaginaţi ca omenirea este condensată într-o singura fiinţă; da, imaginaţi-vă lumea întreagă ca pe o fiinţă care este acolo, aproape de voi, iar voi îi ţineţi mâna și-i dăruiţi multă lumină, multă iubire. În acel moment, infime particule din sufletul vostru se împrăştie, în toate direcţiile și ceea ce veţi face pentru el se va reflecta asupra tuturor

oamenilor care vor începe să aibă gânduri și dorinţe mai elevate.

Dacă-ar fi sute, mii de oameni pe acest pământ care să facă acest exercițiu, veţi vedea în acel moment un suflu nou, un suflu divin care va trece prin toate creaturile și, într-o buna zi, fără să ştie de ce, se vor trezi complet transformate.

RELAŢIILE CU NATURA

SĂ DEVENIM CONSTIENŢI CĂ NATURA ESTE VIE

Când un Inițiat deschide uşa de dimineaţă, salută întreaga natură, pomii, cerul, soarele. El da binețe zilei și întregii Creaţii. Va întrebaţi la ce-i serveşte asta. Ei bine, pentru a intra imediat în conexiune cu sursa vieţii. Da, pentru ca **natura îi răspunde**. De câte ori dimineaţa, când ies în gradină salut Îngerii celor patru elemente. Îngerii Pământului, ai Apei, ai Aerului, și ai Focului și chiar pe pitici, ondine, sulfide salamandre. Si-atunci să-i vezi, cântă, dansează, sunt încântaţi și pietrelor pomilor, vântului le spun și lor „salut, salut”. Încercaţi, faceţi-o și voi, veţi simţi ca **ceva în interiorul vostru se echilibrează, se armonizează şi multe întunecimi şi neînţelegeri vor pleca de la voi şi pur şi simplu pentru că v-ați decis să salutaţi natura vie şi creaturile care o populează**.

Discipolii Ştiinţei Spirituale ştiu ca totul este viu, de aceea sunt atenţi cu plantele, insectele, pietrele. Uneori ei dezmiardă o stancă spunându-i „Ai răbdare, într-o zi vei fi eliberată de acea închisoare”. Pentru că în *aceste blocuri de piatră se găsește o entitate care*

este prizonieră, și care aşteaptă să se spargă stânca în fărâme pentru a se elibera. Fărâmele de piatră se află în cele mai bune condiții pentru a evolua, devin puţin câte puţin praf și pământ, gata să fie asimilate de regnul vegetal.

Trecând pe lingă o *stâncă,* discipolul poate deasemenea să-i spună „Iţi admir răbdarea de multe secole eşti aici, expusa la furtuni, îngheț și arșiță și nu te plângi niciodată. Te felicit și iți cer puţin din rezistenta ta, din soliditatea ta...” Gândiţi probabil că aceasta atitudine n-are nimic extraordinar și ca este chiar ridicolă. Totuşi vă pot asigura că dacă faceţi de mai multe ori, cu dragoste și încredere, veţi absorbi această forţă, această stabilitate pe care o are stânca, și le veţi manifesta într-o altă viaţă.

Discipolul este extrem de atent față de natură şi de fiinţele invizibile care o locuiesc. Pentru el pământul este sacru, viu populat de nenumărate fiinţe. Puteţi gândi: „Ce importanță are dacă manifest față de pământ respect sau nu? Pentru el asta nu schimba nimic, nu-i face nici bine nici rău”: Evident, dar că trebuie să respectaţi pământul, nu este pentru el, este pentru voi. Dacă sunteţi atent cu pietrele, plantele, animalele, conştiinţa voastră în lumea invizibilă se dezvoltă mult mai bine. Fără îndoială, nu v-ați gândit niciodată la asta. **A fi un discipol al Ştiinţei Inițiatice înseamnă a dezvolta conştiinţa că fiecare lucru este viu pentru a le respecta, păstra, proteja; şi înseamnă aprofundarea în sine a spiritului constructiv**.

ANTRENAREA SPIRITELOR NATURII

INTR-O LUCRARE PENTRU IMPARATIA LUI DUMNEZEU

Natura este populata de o serie de creaturi invizibile pentru om, cărora li s-a dat, în funcţie de elementele, țările sau locurile unde trăiesc, tot felul de nume: elfi, zâne, pitici, salamandre, silfide, ondine, nimfe, sirene, nereide, naiade.... și când mergeţi în pădure, sau oriunde în natură, trebuie să fiți conştienţi că toate aceste fiinţe care sunt vigilente, care sunt foarte dezvoltate, vă vad. Este deci bine să vă legaţi de ele arătându-le că le apreciaţi munca. *Pentru că acestor fiinţe le place foarte mult să li se recunoască frumuseţea și utilitatea muncii lor și dacă văd că îi apreciaţi, devin prieteni cu voi, vă surâd, și chiar vă pot dărui cadouri: vitalitate, bucurie, inspiraţie poetică, clarviziune...*

Deasemenea *puteţi să le vorbiți*. Vă apropiaţi de un copac, de exemplu și îi spuneţi „ce frumos eşti! ce puternic, rezistent și solid eşti. Poţi trai atât de mult! Ah, dacă as putea avea și eu rezistenta și soliditatea ta! Te însărcinez să spui tuturor celorlalţi copaci din pădure cât sunteţi de măreți, ca îi iubesc; saluta-i din partea mea, transmite-le sărutarea mea!” și **îmbrăţişaţi copacul care va transmite dragostea voastră întregii păduri**. Și astfel, în timp ce continuaţi să vă plimbaţi, multe fiinţe care trăiesc în copaci vor ieşi să vă privească. Ele sunt încântate, dansează în jurul vostru și chiar poate, veţi putea vedea o fiinţă imensă care vă priveşte cu ochii de lumină. Este **Regele pădurii, un fel de egregor care reunește toate aceste făpturi, care formează sufletul lor şi care proiectează lumini şi**

culori. *Și când vă reîntoarceți acasă vă veţi simţi fericit, veţi simţi că aceasta este adevărata viaţă.*

Deci trebuie să *vorbiți fiinţelor naturii și chiar să le invitaţi să facă ceva pentru gloria lui Dumnezeu*, să le spuneţi: „Ascultaţi ce mai faceţi? Trebuie să ajutaţi Fraternitatea Alba Universala care este aici pentru a lumina oamenii, pentru a-i cuminţi pentru ca Împăraţia lui Dumnezeu să vina pe pământ. Daţi-ne o mână de ajutor. Reuniți-vă, luaţi-vă micile voastre trompete și comunicaţi peste tot, pe întregul pământ". Și atunci peste tot, ca popoarele primitive care comunică între ele prin tam-tamuri, cu focuri pe dealuri, ei vor trimite mesaje și vor lucra pentru Împăraţia lui Dumnezeu.

Şi când sunteţi aproape de ocean, de mare, **puteţi vorbi tuturor locuitorilor apelor** spunându-le: „Ce mai faceţi? Reuniți-vă și la fiecare vas care trece, spuneţi oamenilor pe care-i transportă că trebuie să se schimbe, să se îmbunătăţească" și ele vă vor asculta, vor împlini sarcinile pe care le daţi. Evident, oamenii sunt puţin duri, puţin încăpăținați, nu se lasă aşa uşor influenţaţi, dar nu face nimic, toate aceste creaturi pe care voi le-ați alertat sunt deja pornite, le-ați pus la lucru și lor le place să fie puse la lucru.

Cea mai mare parte ignoră ce înseamnă să lucrezi pentru o idee divină; ele nu au nici un simț moral. Ele nu ştiu ce este binele și răul, au numai teamă de o forţă cosmică pe care nu o cunosc prea bine. De aceea când anumiți ocultişti vor să le utilizeze în magie neagra, ele se supun în linişte. Pentru că ele nu au nici un fel de simț moral, pot fi utilizate pentru bine sau pentru rău; atunci de ce să nu fie utilizate pentru bine, pentru realizarea Împărăţiei lui Dumnezeu?

DATORIA NOASTRĂ FAŢĂ DE NATURĂ

Pentru tot ceea ce noi luăm din natură, aer, apă, căldură, razele soarelui ,etc, noi adunăm o datorie față de sus. Și cum nu ne putem plăti aceasta datorie cu bani, trebuie să ne-o *plătim cu dragoste, recunoştinţă, cu respectul nostru și cu voinţa de a studia tot ce a scris în marea să carte*. Apoi ne vom *plăti făcând bine tuturor creaturilor sale*, dându-le căldură, lumina noastră. Numai astfel putem plăti natura. Nu suntem obligaţi să înapoiem aerul, nici apa pe care am băut-o. Cum am putea fabrica aerul, apa, căldura sau lumina soarelui? Noi am primit de la pământ trupul, și îl vom înapoia într-o zi; atât timp cât trăim nu ni se cere sa-îl dăm. Dar **ceea ce am putea da sunt emanaţiile luminoase, fiindcă omul a fost creat în atelierele Domnului pentru a radia, străluci, pentru a trimite raze în întregul univers**. El a primit o esenţă de lumină pe care o poate amplifica fără încetare, o poate activa și trimite în spaţiu, cu condiția de a exersa, în caz contrar va da numai întuneric.

În planul fizic suntem limitaţi, dar în planul spiritual posibilităţile sunt infinite și noi putem da de o sută de ori mai mult decât am primit.

SOARELE - STELELE

SOARELE

Oamenii nu și-au dat încă seama de importanța soarelui. Bineînţeles ştiinţa se ocupă de el din ce în ce mai mult, dar pentru a-l utiliza a-l pune în sticle, pentru a-l vinde, pentru că se interesează mereu de aspectul tehnic, industrial, și comercial al lucrurilor. Pentru

aspectul spiritual ei sunt departe, atât de departe! Chiar cei religioşi sunt departe, mai ales cei religioşi. Ori, tocmai aspectul spiritual trebuie înţeles acum: ce reprezintă soarele sau razele sale, **cum omul se poate dezvolta spiritul prin cunoaşterea soarelui, prin practica soarelui, învăţând să-l primim, să-l contemplam, să intram în el, să ne identificam cu el**.

PREGĂTIRE PENTRU RĂSĂRITUL SOARELUI

Pentru a veni la răsăritul soarelui, trebuie deja să vă pregătiţi din ajun: să nu mâncaţi prea mult, să nu vă culcaţi prea târziu, să nu faceţi nimic care v-ar putea perturba sau tulbura a doua zi, și totul trebuie aranjat pentru a fi liber dimineaţa, cu gândul limpede și inima în pace, fără nimic de pus la punct, de regretat sau de reparat. Dacă nu, a doua zi nu va mai fi nimic în rezervoare și veţi moțai în loc să faceţi lucrul cel mai important pentru voi înşivă, pentru societate și pentru întregul univers; fiindcă noi suntem o parte din cosmos și nu ne putem închipui existenta noastră separată de el. Deci dacă respectaţi anumite reguli și dacă veniți dimineaţa cu gândul concentrat numai asupra acestui lucru, ştiind că viitorul vostru, fericirea sănătatea voastră, echilibrul vostru depinde de el, veţi putea primi această bogăţie care se revarsă continuu din sursa divină soarele.

RUGĂCIUNE URCÂND PE STÂNCĂ

„Înger al Pământului,
Înger al Apei,

Înger al Aerului,

Înger al Focului,

Eu va iubesc, fiți binecuvântaţi, fiți binecuvântaţi, fiți binecuvântaţi

Şi voi pitici, sylfide, ondine, şi salamandre, vă iubesc mult şi pe voi, fiți binecuvântaţi”.

DESPRE MEDITAŢIA LA RĂSĂRITUL SOARELUI

În **pacea şi lumina dimineții, începeţi să meditaţi, dar uşor fără să vă concentraţi imediat puternic asupra soarelui**. Aruncaţi mai întâi o privire în forul vostru interior pentru a vedea în ce stare sunt locuitorii, dacă exista zgomot, mişcare, străduiţi-vă să-i liniştiţi și să echilibraţi totul, pentru că numai după ce voi înşivă sunteţi degajaţi, după instalarea armoniei și păcii în voi vă puteţi îndrepta către soare.

Dar nu vă concentraţi mereu asupra aceloraşi teme pentru că riscaţi să vă saturați repede. Este ca și pentru hrana, trebuie variaţie, dar rămânând mereu în meniurile vegetariene. Sunt deci obligat să vă dau numeroase metode reprezentându-vă fără încetare noi aspecte ale soarelui și când meditaţi, pe stâncă sau în altă parte veţi găsi ce vă convine în ziua respectivă; pentru a doua zi veţi înţelege altceva.

Pentru a vă putea servi mai bine de tot ce vi se va explica, trebuie să le notați, să aveţi o mică listă ca bucătăresele pentru meniuri, să vă notați pe ea metodele, formulele, tot ce vă voi spune referitor la soare. În fiecare zi veţi consulta listuța voastră: „Ia să vedem asta nu-mi spune nimic astăzi... Nici asta... Ah! Asta este grozavă! Iată ce-mi trebuia” și vă veţi înfrupta, pentru că în acel moment meditaţia voastră va reuşi.

Dar atenţie, nu e sigur că aceeaşi metodă va reuşi și a doua zi, deci a doua zi schimbaţi meniul, alegeţi un nou subiect de meditaţie.

CÂTEVA TEME DE MEDITAŢIE

1. CĂUTAREA CENTRULUI

Soarele este centrul sistemului solar și toate planetele gravitează în jurul lui într-o mişcare armonioasă. Această mişcare armonioasă a planetelor în jurul soarelui trebuie s-o imprimăm și noi propriilor noastre celule. Dar pentru aceasta trebuie să găsim centrul și în noi, Soarele, Spiritul, Dumnezeu. În acel moment, toate particulele fiinţei noastre intră în ritmul vieţii universale și ceea ce trăim ca senzaţii și stări de conştiinţă este atât de minunat că nu găsim cuvinte s-o exprimam.

Cu cât ne apropiem mai mult de soare cu spiritul nostru, sufletul nostru, gândul, inima, voința noastră, cu atât ne apropiem mai mult de centrul universal care este Dumnezeu, fiindcă în planul fizic soarele este simbolul Divinităţii, reprezentarea sa vizibilă, palpabilă. Și toate aceste nume abstracte pe care le dăm Domnului: Sursa vieţii, Creatorul cerului și al pământului, Cauza primordială, Dumnezeu Atotputernic, Suflet universal, Inteligența cosmică, se pot rezuma în imaginea soarelui, atât de concretă și aproape de noi. Da, putem considera soarele ca fiind rezumatul, sinteza tuturor acestor idei sublime și abstracte care ne depăşesc. În planul fizic, în materie, soarele este uşa, legătura, medium-ul gratie căruia ne putem uni cu Domnul..

Când contemplaţi soarele, dimineaţa, contemplaţi punctul central, spiritul, ochiul lui Dumnezeu. Iată de ce trebuie să contemplaţi întotdeauna soarele cu dorinţa de a vă apropia de centru, de centrul vostru. *Prin simplul fapt că priviți soarele, vă apropiaţi de centrul sistemului solar și acelaşi fenomen se produce în voi*: conştiinţa voastră se apropie de propriul vostru centru, și de spiritul vostru și veţi găsiţi lumina pacea, libertatea, forţa. În ziua în care vă veţi decide să faceţi acest lucru conştient, veţi simţi că între soare și voi încep să circule unde care crează forme, culori, o nouă lume.

2. CAPTAREA ELEMENTELOR SUBTILE CONŢINUE în SOARE

Soarele este și tatăl tuturor lucrurilor el este Cauza primordială; pământul și celelalte planete sunt ieşite din el, el le-a zămislit.

De aceea pământul conţine aceleaşi elemente ca și soarele, dar în stare solidă, condensată. Mineralele, metalele, pietrele preţioase, gazele, plantele, corpurile subtile sau dense care se găsesc pe sol, în apă, în aer, în planul eteric, sunt ieşite din soare. **Chiar şi produsele farmaceutice sunt fabricate plicind de la substanţele minerale sau vegetale venite de la soare**. **Deci, concentrându-se asupra soarelui discipolul își poate însuşi, poate capta, în puritatea lor originală elementele necesare echilibrului şi sănătăţii sale**.

În realitate, este foarte simplu*, nu este atât de necesar să cunoaşteţi care elemente vă vor restabili starea de sănătate,* asta nu are nici o importanță*. Urcaţi numai prin gând în regiunile cele mai fine, cele*

mai delicate ale spaţiului și acolo aşteptaţi, expuneţi-vă la toţi aceşti curenţi. În acel moment, sufletul și spiritul vostru care sunt nişte chimişti foarte competenți și care cunosc exact natura tuturor substanţelor eterice, captează ceea ce este necesar, lăsând restul la o parte. Aşteptaţi în iubire, supunere, bucurie, încredere, și după un timp, când veţi reveni, veţi simţi că ceva s-a schimbat, restabilit și liniştit, iată cum trebuie procedat..

Nu contează dacă pe moment nu cunoşti natura acestor elemente. Să ştiţi numai ca ele se găsesc în prana. Prana este o forţă vie ,vitalitatea care vine de la soare, pe care o respiram odată cu aerul și pe care o absorbim prin toate celule noastre. Dacă doriți, *am putea compara prana cu apa care curge din vârful munţilor,* un râu care conţine multe elemente nutritive pentru peşti, dar și pentru animalele și oamenii care trăiesc pe maluri.

Prana este un fluviu care vine de la soare până la noi și din care putem extrage prin respiraţie și meditaţie, toate elementele de care noi avem nevoie.

3. **SĂ PRIVIM SOARELE CA SĂ-I SEMĂNĂM**

Când priviți un obiect, nu ştiţi dacă reprezintă un pericol sau o fericire care vă pândesc. Da, aceasta depinde de natura obiectului de forma sa, de radiaţiile sale și de asemenea de starea noastră interioară, fiindcă toată fiinţa noastră preia atunci forma, dimensiunile și calităţile obiectului. Voi spuneţi: Dar omul nu-și schimba forma! **Exterior, bineînţeles rămâne acelaşi, dar interior în planul psihic, se identifică cu ceea ce priveşte**. **Este o lege naturală, biologică**.

Şi când noi privim soarele, chiar dacă nu am şti, **sufletul nostru ia forma soarelui**: el devine o sferă incandescentă și luminoasă. *Este o lege magică ce intră în acţiune*: privind soarele, întreaga noastră fiinţă începe să devină asemănătoare lui. Voi toţi veţi deveni într-o zi ca soarele, dar cu condiția să-l priviți cu multa dragoste, cu multa încredere, veţi deveni atunci mai luminos, mai călduros, mai vioi, și *când veţi trece printre oameni, le veţi da câteva particule de lumină, de căldură și de viaţă*. Dacă în timpul mai multor ani veţi merge conştient către soare, aceasta lege se va manifesta ca o reală putere și veţi deveni cu adevărat soare.

LEGĂTURA CU EUL SUPERIOR

Imaginaţi-vă ca sunteţi deja sus, în soare, și că de acolo priviți pe stânca, acea fiinţă care sunteţi voi, vă dedublați, vă separaţi de corpul vostru. Va amuzaţi privindu-vă și surâdeti de voi înşivă spunând: „Ah, bietul, iată-mă, ce mic, ce caraghios! Și, sã spunã cã sunt eu! Dar îl voi ajuta, îl voi ajuta!” și deja prin acest exercițiu de imaginaţie începeţi să restabiliţi legătura, zi de zi. Cât timp va dura această reconstrucție, nu ştim, pentru că ea nu se face cu fier beton și otel ci cu o altă substanţă, cea mai subtilă, aparţinând planului mental.

În realitate, chiar dacă nu simte, omul, printr-o fracțiune foarte subtilă a fiinţei sale, locuieşte în soare. **Această parte din el, această entitate care locuieşte în soare, este Eul său superior**. **Eul superior nu locuieşte în corpul nostru fizic, altfel ar fi realizat minuni, el se manifesta numai din timp în timp, intrând în**

contact cu creierul nostru. Dar cum creierul nu este încă pregătit să suporte vibraţiile sale și să se pună în acord cu el, acest contact nu poate dura.

Ori, tocmai prin lucrarea pe care o facem dimineaţa cu soarele prin meditaţii și rugăciuni se urmăreşte restabilirea legăturii, construirea unui *pod între Eul nostru inferior și Eul superior care este în Soare*. Când podul va fi clădit comunicarea se va realiza și ne vom întoarce la Eul nostru superior care trăieşte în fericire în împlinirea supremă, într-o libertate fără limite, căci el trăieşte lingă Dumnezeu. Da, *o parte din noi trăieşte deja în Dumnezeu într-o fericire indescriptibilă.*

Să ştiţi ca Soarele ne ajuta enorm pentru a reuşi să restabilim acest pod între noi și Eul nostru superior. Fără el omul ar mai petrece mii de ani în filozofia separativităţii, fără să găsească acea plenitudine la care aspiră. El trebuie să introducă în el aceasta filozofie a Divinităţii Universale, acest punct de vedere care constă în a ne simţi una cu Creatorul, cu toate entităţile luminoase, cu îngerii, arhanghelii, divinităţile. Grație acestei filozofii, omul se apropie rapid, eficient de sursă.

5.VIZITAREA SOARELUI

Odată ajunşi în soare, imaginaţi-vă ca faceţi o vizită Arhanghelului Mihail care-l guvernează şi ca îi vorbiți, că vă îmbrăţişează, că vă împărtășește secrete, vă dă lumina sa şi că, din timp în timp, trimiteţi ceva din ceea ce ați primit fiinţei de acolo de jos, de pe stancă, acea fiinţă care sunteţi aşa-zis dumneavoastră, dar care de fapt nu este aşa. Astfel, începeţi să simţiţi o dilatare

a conştiinţei a păcii celeste, și apoi apar revelaţiile. În acest mod va puteţi dezvolta noi facultăţi și puteţi înţelege, pătrunde lucrurile, devenind puţin câte puţin o fiinţă excepţională care exterior continuă să se asemene cu ceilalţi dar care interior nu mai este aceeaşi pentru ca în ea s-au dezvoltat posibilităţi noi.

6. SĂ NE EXPUNEM SOARELUI SPIRITUAL PENTRU A FACE SĂ SE DEZVOLTE în NOI SEMINTELE ASCUNSE în SUFLETUL NOSTRU

Dacă seminţele sădite de Dumnezeu în sufletul nostru, spiritul nostru, în inima, intelectul și corpul nostru fizic nu cresc, nu aduc fructe, este pentru că noi am uitat să ne apropiem de soare. Numai căldura și lumina soarelui pot trezi ceea ce Domnul a sădit în noi: calităţile, virtuţile, darurile, puterile magice, toate se apropie de soarele spiritual și toate seminţele sădite în el vor putea să crească, să înflorească, să dea fructe.

Expuneţi-vă razelor soarelui şi lăsaţi-le să-şi facă treaba! Veţi simţi crescând noi mugurași, mlădițe. Bineînţeles, trebuie imediat să le udaţi fiindcă dacă n-o faceţi se pot usca. Soarele trimite lumina și căldura sa, dar nu poate uda plantele; are deci nevoie de o colaboratoare și aceasta colaboratoare este în voi. Soarele face o parte din muncă, depinde de voi să faceţi restul; plantele pe care soarele le-a încălzit, noi trebuie să le stropim cu dragostea noastră. Trebuie să dam o mână de ajutor soarelui! **Dacă lăsaţi soarele să vă încălzească fără să participaţi activ la munca sa, nu vor fi nişte rezultate prea bune pentru că ce ar fi trebuit să crească, va muri în uscăciune**.

Dar cum să participam la aceasta muncă? **Când vă aşezaţi sub razele soarelui trebuie să fiți activi ca şi el, adică să meditaţi, să contemplaţi, să vă rugaţi mulţumind Domnului, sau să pronunţaţi câteva cuvinte frumoase**. **Astfel veţi uda mlădițele cu inima voastră, cu dragostea voastră şi totul va fi bine**.

7. **REGĂSIREA SFINTEI TREIMI în SOARE**

Ceea ce reprezintă Sfânta Treime: Tatăl, Fiul şi Duhul Sfânt, se regăseşte în viaţa, lumina şi căldura soarelui.

Tatăl este viaţa; Fiul este iubirea (sau lumina); Duhul Sfânt este lumina (sau iubirea) Voi spuneţi; „Dar avem noi dreptul să regăsim aceste atât de înalte entităţi în lumină, căldură și viaţă?” Bineînţeles, și această corespondență este de un formidabil avantaj practic, pentru că ne permite să **contemplăm în fiecare dimineaţă Sfânta Treime să comunicam cu Ea, să intram în legătură cu Ea, pentru a primi toate binecuvântările**. **Este o promisiune pentru renaşterea şi viaţa noastră**.

Când lumea de sus a creat lumea de jos, a imprimat peste tot în materie semne, pentru ca oamenii să poată găsi drumul până sus. Și în soare la fel, această Inteligență cosmică, această Trinitate care nu vrea să rămână absolut ascunsă și inaccesibilă, se manifestă pentru a da oamenilor posibilitatea s-o regăsească. În *realitate, Sfânta Treime nu este nici în lumina, nici în căldura, nici în viaţa soarelui, ea este dincolo de ele; dar prin intermediul acestei lumini, acestei călduri și acestei vieţi, noi o putem atinge pentru a comunica cu ea, iubind-o, chemând-o, făcând-*

o să pătrundă în noi. Și fiindcă suntem creaţi după imaginea lui Dumnezeu, **trebuie să fim şi noi o trinitate**. De altfel, **prin intelectul nostru, inima şi voinţa noastră**, noi suntem deja o trinitate care gândeşte, simte și acţionează. Evident, această treime este niţel ştearsă, încremenită, înghețată, dar **ea se va reactiva, lumina şi încălzi în preajma soarelui**. Iată încă un beneficiu din a merge la răsăritul soarelui: puţin câte puţin trinitatea noastră devine luminoasă, călduroasă, vie ca și soarele, ea se apropie de această supremă Treime a Tatălui, Fiului și Duhului Sfânt.

Iisus a spus: „Fiți perfecţi aşa cum Tatăl vostru ceresc este perfect". Dar dacă noi nu l-am văzut niciodată pe Tatăl, unde am putea găsi o imagine a perfecţiunii sale? Ei bine, iată, chiar în soare. Fiindcă Dumnezeu care este foarte departe, foarte sus a voit în Indurarea Sa să dea posibilitatea oamenilor să-l regăsească; El a lăsat nişte repere, ca un fir al Ariadnei și dacă ei vor prelua acest fir trecând prin soare vor ajunge până la Tatăl. Soarele indica drumul.

În fiecare zi avem în fața noastră o reflectare, o imagine sublimă, perfecta a Sfintei Treimi, și dacă ştim să lucram cu acest model, mica noastră Treime poate deveni și ea sfântă. Toţi repetă învăţătura lui Iisus; „Fiți perfecţi aşa cum Tatăl vostru Ceresc este perfect". Dar dacă nu l-am văzut niciodată pe Tatăl nu ştim cum se manifesta El, care sunt vibraţiile sale, puterea Sa, și totul rămâne teorie, nişte cuvinte. *Soarele ne dă o idee despre Divinitate și ne arată mai ales, că Tatăl, Fiul și Duhul Sfânt sunt un tot inseparabil*.

În Kabbala, unu este trei şi trei este unu. În om la fel, niciodată intelectul, inima și voinţa nu sunt separate, ele merg împreună. *Intelectul face proiecte și inima îi da o mână de ajutor, îl încurajează*. „Mergi

înainte, sunt cu tine!”, *iar voinţa aleargă pentru a realiza aceste proiecte.* Ia să vedem pe toate trei alergând. Dar nu sunt mereu de acord; uneori voinţa le antrenează pe celelalte și omul îşi sparge capul pentru că intelectul a rămas în urmă. El a strigat mult și bine: „Așteaptă-mă, eşti pe cale greşită!” voinţa replicând „Taci din gură, habar n-ai” *Toate trei au nişte discuţii teribile între ele și iată nu formează încă o Sfântă Treime.*

Pentru ca trinitatea noastră să devină sfântă, trebuie să luam soarele ca model, să tindem către el, pentru ca intelectul nostru să se impregneze cu lumina sa, inima de căldura sa și voinţa noastră de viaţa și puterea sa.

8. ŞIRAGUL DE MĂTĂNII AL DISCIPOLULUI

Este vorba de un şirag de mătănii imaginare pe care discipolul îl formează el însuşi şi în care soarele joacă un rol important.

Iată deci mătăniile din gândul discipolului: alegeţi un moment când sunteţi bine dispuşi și începeţi cu voi înşivă, *conștientizând că sunteţi prima perlă imaginară* pe care o înșirați. Chiar dacă nu vă recunoaşteţi ca pe o perlă, nu-i nimic; perla este mai mică dar ea va creste. *Noua perlă este tatăl vostru*. Voi sunteţi centrul micului vostru regat; el este centrul familiei și chiar dacă nu este extraordinar ca simbol este foarte important; îl reprezintă pe Tatăl Ceresc. Deci, în calitate de simbol, îl veţi adăuga pe fir pentru a-l lega de voi, a-i face un bine și a-l lega și de celelalte perle.

Apoi căutaţi-l pe şeful oraşului vostru. Este bineînţeles primarul și-l înșirați și pe el. Chiar dacă nu

este atât de reprezentativ și capabil, nu face nimic, din punct de vedere simbolic el este capul, oamenii i se adresează, au nevoie de el și când vin reprezentanţii guvernului el îi primeşte. Deci simbolic are totuşi un rol.

După aceea *căutaţi capul țării* și-l treceţi pe firul vostru de argint :este o perla puţin mai mare. După şeful țării *căutaţi şeful planetei*, Centrul Pământului daca-i cunoaşteţi numele cu atât mai bine, se va realiza mai repede; îl înșirați și pe el. El este o perlă mare pentru că este mult mai puternic ca precedenții. După aceea aveţi nevoie de *şeful sistemului solar* și adăugaţi deci soarele, este mare, luminos, perfect. Dar fără să vă opriți acolo mergeţi mai departe până *la Stăpânul Universului*, până la Domnul, este ultima perlă.

Iată, ați înșirat cele şapte perle; voi sunteţi la o extremitate a firului iar Dumnezeu la cealaltă extremitate. Apoi legaţi cele două extremităţi; se stabileşte un curent care pleacă de la Dumnezeu trece prin soare, regele pământului și aşa mai departe, până la Tatăl vostru și voi apoi din nou la Dumnezeu...

9. EXERCIŢII PENTRU DEZVOLTAREA AUREI

Cea mai bună protecţie a discipolului este aura. Cu cât ea este mai luminoasă, mai mare, cu atât culorile sunt mai pure, cu atât discipolul este mai în siguranţă pentru că aura joacă rolul unei armuri care-l protejează de toate vibraţiile malefice, de toate spiritele întunecate. Trebuie aici să lucraţi asupra aurei voastre și mergând în fiecare dimineaţă să vedeţi răsăritul soarelui, privind cum el se înconjoară de o aură de culori minunate, să vă spuneţi: „*Şi eu vreau să*

mă înconjur de cele mai frumoase culori: violet, albastru, verde, galben, portocaliu, roşu”. Și mult, mult timp să vă îmbăiați în această lumină, vă imaginaţi că ea străluceşte și se întinde foarte departe, ca toate creaturile care trăiesc în această atmosferă vor beneficia de ea, că toţi cei care vă vizitează sau intră în contact cu voi într-un fel sau altul pot primi binecuvântări. În acest mod, aura voastră are rol de protecţie și-n acelaşi timp este o binecuvântare pentru ceilalţi. (de văzut cap XIV despre aură)

10. A IUBI CA SOARELE

Trebuie să luaţi soarele ca model, spunându-vă „El ne luminează, ne încălzeşte, da încredere în viaţă tuturor creaturilor, fără deosebire, cum e posibil asta? Soarele este orb? Nu vede crimele, nu e decât o mașinărie fără inteligență și discernământ pentru care puţin contează bunătatea sau răutatea, dreptatea sau necinstea?” *Nu, soarele vede mai bine ca oricine greşelile oamenilor, dar pentru el sunt nişte nimicuri în raport cu imensitatea luminii și căldurii sale. Tot ceea ce noua ni se pare monstruos și teribil nu constituie pentru el decât nişte mici greşeli, mici distrugeri, mici pete*. *El le înlătură, le repară, le spală, și continuă cu răbdare nelimitată să-i ajute pe oameni până când ei ating perfecţiunea.*

Soarele are o anumită concepţie despre genul uman, el vede eternitatea și imoralitatea sufletului uman, el ştie foarte bine că umanitatea este încă un fruct verde, acru, dur și acid. Deci el care ştie atât de bine să realizeze coacerea fructelor umplând-le puţin câte puţin cu dulceaţă și parfum până ajung delicioase, doreşte la fel să ajute umanitatea să se

coacă. Dar cum se ştie că pentru oameni este necesar mai mult timp ca pentru arbori și fructe, a hotărât să aibă răbdare.

Soarele nu-i abandonează pe oameni fiindcă ştie că dacă el îi abandonează, evoluţia lor va fi ratată și nu vor mai fi fructe mature, nu vor mai fi sfinţi, profeţi, divinităţi pe pământ. Dacă soarele străluceşte mereu, acesta înseamnă ca el cunoaşte scopul misiunii sale, finalitatea creaţiei și continuă să-i ajute pe oameni până când vor deveni maturi.

Soarele este singurul care nu se lasă niciodată. Toţi ceilalţi obosesc, închid prăvălia și dispar din circulaţie: în pământ! Dar soarele este mereu acolo, triumfator, radios. El spune: „Veniți adăpaţi-vă, luaţi. Aţi făcut prostii? Nu sunt supărat pe voi. Oamenii sunt egoişti, răi, răzbunători și dacă vor pune mâna pe voi eu nu răspund... Pe când eu nu vă fac nici un rău, expuneţi-vă razelor mele, vă voi da în continuare!”

Luând soarele ca model, sunteţi obligaţi să vă amelioraţi. Aproape de el veţi găsi puterea să uitaţi toate dificultăţile, toate decepțiile, pe care le suferiți în apropierea oamenilor. Gândind ca soarele, deveniți o divinitate, pentru că nu vă pierdeţi niciodată nici dragostea, nici răbdarea voastră. Toţi ceilalţi capitulează și după un timp va spun: Plecaţi! Nu vreau să vă mai vad! Am făcut tot ce-am putut, dar acum am obosit!

Dar soarele el nu este niciodată obosit. Înţelegeţi acum de ce vă aduc în preajma soarelui: pentru că numai el singur vă poate inspira sentimente nobile și divine...

11. A STRĂLUCI PESTE ÎNTREGA OMENIRE

Când discipolul are prea multe probleme personale de rezolvat, el nu se mai poate deschide, dilata, nu mai poate gândi la altceva decât la el însuşi, este prea preocupat. Dar deîndată ce-și rezolvă problemele și începe să vadă clar, să fie mai liber, începe să se ocupe de întreaga omenire el devine asemeni soarelui. Și chiar dacă se afla în fața a douăzeci, cincizeci, o sută de persoane, nu-i ajunge, trăieşte într-o aşa libertate ca-și extinde aria iubirii sale și a gândirii sale pentru întregul gen uman; el și-l reprezintă ca pe o singură persoană căreia îi trimite din preaplinul iubirii care se revarsă din inima sa odată cu toate culorile, cu toate razele. *Atâta timp cât omul nu se gândeşte decât la el însuşi, la soţia și la copii săi, la prietenii săi, nu poate cunoaşte această fericire.* Dar discipolul care începe să trimită oamenilor iubirea și lumina sa ca și cum ar face-o pentru o singură persoană, fără să-și pună problema câți și unde sunt devine asemeni soarelui.

12. **SĂ NE ADRESĂM SOARELUI PENTRU A GĂSI SOLUŢIA PROBLEMELOR NOASTRE**

Când aveţi o problemă, o dificultate, adresaţi-vă amabil soarelui ca și cum ați vorbi unei persoane. Spuneţi-i: „Dragă soare, dacă ai fi în locul meu, ce-ai face?” El va surâde (ştiţi cum îl desenează copiii!) și va spune: „Dacă as fi în locul tău m-as fi sinucis da. Dar dacă tu te pui în locul meu, va fi mai bine. Ei, da, de ce să fiu eu în locul tău? Nu o pot face. Tu trebuie să te pui în locul meu. Deci dacă te pui în locul meu, vei face aşa și pe dincolo...” și vă va sfătui, tocmai ce vă spun și eu, bineînţeles.

13. FORMULA CE SE PRONUNŢĂ LA RĂSĂRITUL SOARELUI

Iată câteva formule pe care le puteţi pronunţa privind soarele cum răsare.

Veţi aştepta prima rază și cu dragoste, veţi pronunţa în gând aceste cuvinte:

„Aşa cum soarele se înalţă deasupra lumii, tot aşa soarele adevărului, al libertății, al nemuririi, al eternităţii să se înalţe în spiritul meu!

Aşa cum soarele se înalţă deasupra lumii, aşa şi soarele iubirii şi nemuririi să se înalţe în sufletul meu!

Aşa cum soarele se înalţă deasupra lumii, aşa şi soarele inteligent al luminii şi al înţelepciunii să se înalţe în intelectul meu!

Aşa cum soarele se înalţă deasupra lumii, aşa şi soarele blândeţii, bunătății, bucuriei şi purităţii să se înalţe în inima mea.

Aşa cum acest soare luminos, strălucitor, se înalţă deasupra lumii aşa şi soarele, forţei, puterii, dinamismului şi activităţii să se înalţe în voinţa mea!

Şi la fel cum acest soare luminos, strălucitor, viu se înalţă deasupra lumii, aşa şi soarele sănătăţii, vitalităţii, vigorii, să se înalţe în întregul meu corp.

Amin. Aşa să fie.

Pentru împărăţia lui Dumnezeu şi Dreptatea Sa! Amin. Aşa să fie.

Pentru gloria lui Dumnezeu!”

14. URCÂND DEASUPRA NORILOR

Când simţiţi că anumite gânduri negative iau cu asalt „cerul” vostru, împuținând-vă credinţa, iubirea și vă împiedică să vedeţi splendoarea lui Dumnezeu a învăţăturii, concentraţi-vă și trimiteţi razele cele mai pure în direcţia acestei neguri. Veţi vedea că se va produce puţin câte puţin o curăţire, o purificare, o lămurire. Prin gând urcăm deasupra norilor. Gândul este ca o rachetă, sau ca o rază de lumină. Cu gândul vostru țintiți un punct: sursa vieţii, soarele etern, vizați centrul vostru interior, vă concentraţi asupra Domnului...

Câteva minute după aceasta, gândul vostru străbate norii, oricât de denși ar fi și veţi ajunge acolo sus, vă îmbăiați în limpezime.

15. **CULORILE PRISMEI**

Dacă priviți lumina soarelui print-o prismă, veţi descoperi infinite bogăţii și splendori. **Este scris în Cartea lui Zohar: Şapte lumini, exista în Preaînalt, acolo locuieşte Bârtinul Bătrânilor, misteriosul Misterioșilor, Ascunsul Ascunșilor: Ain Soph**. Există şapte lumini: roşu, portocaliu, galben, verde, albastru, indigo și violet. **Aceste şapte lumini sunt cele şapte spirite menţionate şi în Apocalipsă, cele şapte Spirite care stau în fața tronului lui Dumnezeu**.

Spiritul culorii **roşu** este numit ***Spiritul Vieţii***. Roşu este legat de viaţă și de dragoste pentru toate fiinţele.

Culoarea **portocaliu** este ***Spiritul Sfinţeniei***. Portocaliul ameliorează sănătatea și dă dorinţa de perfecţionare.

Culoarea **galben-aurie** este ***Spiritul Înţelepciunii***. Ea îndeamnă fiinţele să citească, să mediteze, să reflecteze, să înţeleagă, să fie rezonabile și prudente.

Culoarea verde este ***Spiritul Eternităţii şi al evoluţiei****.* Ea este deci legata de creştere, de dezvoltare, de bogăţie. Spunem ca este culoarea speranţei, pentru că îi dă omului posibilitatea de a evolua.

Culoarea **albastru** este ***Spiritul Adevărului***. Ea este legata de religie, de pace, de muzică. Albastrul dezvoltă simţul muzical. Linişteşte sistemul nervos, vindecă plămânii, și acţionează favorabil asupra ochilor care sunt legaţi de adevăr.

Culoarea **indigo** este ***Spiritul Forţei***.. Este ***spiritul Regalității***. Are aproape aceleaşi proprietăţi ca și albastrul.

Violet este o ***culoare*** foarte ***mistică,*** foarte ***subtilă***, care conduce fiinţele spre lumea de dincolo. Este ***Spiritul Atotputerii divine şi al Iubirii Spirituale***: ***este spiritul de sacrificiu****.* Violetul este o culoare foarte puternică ce *protejează omul, îl ajuta să se dedubleze și îi permite să înţeleagă iubirea lui Dumnezeu și celelalte lumi*...

Pentru a lucra eficace pentru evoluţia voastră, în fiecare dimineaţă puteţi medita asupra culorilor, asupra calităţilor și virtuţilor pe care ele le reprezintă. Lucraţi schimbând în fiecare zi culoarea. Puteţi începe cu roşu, care este cel mai apropiat de pământ și continuând cu portocaliu, galben, etc.... sau la fel de bine începând din sens invers pin violet. Astfel coborâţi sau urcaţi, cum doriți.

GREFA SPIRITUALA (vezi cap. V)

Exista o ştiinţă care ar trebui cunoscută nu numai pentru a ne putea remedia defectele, pasiunile, tendinţele inferioare, cât și pentru a trage nişte foloase. Această ştiinţă este grefajul. Oamenii au găsit această tehnică pentru a-și ameliora calitatea fructelor unor arbori, dar când este vorba de domeniul psihic sau spiritual, nu sunt nici atât de sensibili nici atât de îndemânatici. Voi întrebaţi: „Dar cum putem găsi aceste grefe?” Ei bine, exista un „mare” magazin distribuitor de grefe, de altoiuri, o singură creatură care depăşeşte tot ce ne-am putea imagina în inteligență, iubire, putere, generozitate, nemurire, este **soarele**. Adresaţi-vă deci soarelui ca el să vă dea nişte altoiuri. Spuneţi-i *„O, dragul meu soare, sunt cu-adevărat prost, nu înţeleg nimic, când trebuie să spun ceva, gândurile mele sunt atât de încețoșate încât îngăim ceva și asta nu-mi aduce decât neajunsuri. Dar tu care eşti atât de luminos, care luminezi întreg pământul, dă-mi te rog câteva grefe din inteligența ta!”* Şi el vi le va dă, gratuit, vă asigur!. V-ar putea trimite chiar un expert, dacă nu ştiţi să le luaţi. După aceea, veţi putea cere o grefă de iubire, sau de sănătate, sau de orice altă calitate. În soare este totul, puteţi cere orice grefă doriți, dar nu în acelaşi timp , ci unele după altele, fiindcă în timp ce vă veţi ocupa de una, celelalte se vor usca și muri.

17. EXERCIŢII PENTRU DIMINEŢILE CÂND NORII ACOPERĂ SOARELE

Se poate întâmpla ca în unele dimineți soarele să fie ascuns de nori și în acest caz trebuie să ştiţi ce aveţi de făcut. Deoarece condițiile nu sunt favorabile,

trebuie să vă **deplasaţi activitatea,** în loc s-o menţineţi în creier, în conştiinţă, o deplasaţi, în subconştient, **la nivelul plexului solar** (vezi Cap. XII).

Vă lăsaţi în voia acestui ocean cosmic de iubire și fericire, vă abandonaţi cu încredere și spuneţi: „Doamne Dumnezeule, mă las stăpânit de acest ocean de lumină, am încredere în Tine”. Și păstrând în intelect o mică luminiță pentru a nu intra acolo nimic rău, vă abandonaţi, încet în acest ocean de bucurie. Sunteţi cuprins de beatitudine. Iată deci ce-am putea face în asemenea zile: să nu dorim, bineînţeles, ci să ne lăsăm purtaţi, observând din timp în timp ce se petrece cu noi.

18. **SĂ CONSIDERĂM SOARELE în FIECARE ZI ALTFEL**

În fiecare zi îmi spun: „Ieri, credeam că am cunoscut soarele și azi îmi dau seama că n-am înţeles nimic, de-abia acum îl cunosc”. Şi a doua zi îmi spun acelaşi lucru. În timp ce voi vă spuneţi mereu: „Oh! a cunoscut, a cunoscut, să clasam asta!” Când începem să gândim că nu mai este nimic de cunoscut, nimic de descoperit, stagnăm, adormim s-a terminat. Nu trebuie să facem asta, trebuie să spunem mereu: „Deabia astăzi încep să vad soarele, de-abia astăzi încep să-l cunosc. și astfel avansaţi, avansaţi.

Vedeţi, încă o metodă nouă și minunată!

19. **ELIXIRUL VIEŢII FĂRĂ DE MOARTE**

Elixirul vieţii fără de moarte nu este nimic altceva decât **un lichid de o puritate excepţională care poate deschide canalele corpului fizic**. În realitate,

acest elixir este peste tot răspândit în natură, iar cel care-l poseda nu face altceva decât să-l condenseze. *El se află în pământ, în vegetaţie, în oceane, râuri, munţi, în aerul pe care-l respiram și mai ales în razele soarelui, dar în doze homeopatice* încât ar fi necesar tot felul de aparate pentru a-l capta și conserva. În timp ce asistam dimineaţa la răsăritul soarelui, căutăm să primim acest elixir, asemeni unei ape vii, care circulă în toată natura. Fiecare atom de prana, fiecare minusculă sferă aflată în suspensie în aer este plină de o esenţă spirituală. În timp ce suntem concentraţi asupra soarelui, corpul nostru absoarbe aceste particule care ne purifică, ne întăresc, și ne dau viaţă.

20. **ATRAGEREA FOCULUI CERESC**

Asemeni focului fizic care are darul de a face fierul suficient de flexibil și maleabil pentru primi forme noi, aşa și focul celest, care este dragostea divină, poate cufunda omul într-o stare spirituală în care să se debaraseze de vechea lui formă asimetrică, contorsionată pentru a primi una nouă, armonioasă, strălucitoare.

Deci, *primul lucru care trebuie înţeles este că pentru a vă transforma caracterul, ideile obiceiurile voastre, întreaga voastră ereditate, trebuie să chemaţi, să atrageţi acest foc ceresc, să-l imploraţi să coboare pentru a vă cuprinde și mişca inima voastră, întreaga voastră fiinţă*. Nu va bazaţi pe explicaţii sau pe lecturi ele nu vă vor ajuta cu nimic atât timp cât focul nu vă fi aprins în voi pentru a face din voi o fiinţă vie aşa cum este soarele. **Soarele este focul viu,** și pe el trebuie să mergem să-l vedem, în fiecare dimineaţă, pentru a restabili legătura cu focul ceresc. Dacă vă legaţi de

soare, dacă vă lăsaţi îmbrăţişaţi de soare cu toată dragostea voastră, cu toată inteligența voastră, veţi simţi că din voi începe să izbucnească flăcări care vă vor cuprinde cu pasiune.

Duhul Sfânt nu este altceva decât focul sacru al soarelui.

21. **SĂ BEM SOARELE**

Vă sculaţi la răsăritul soarelui și aşteptaţi prima rază. Sunteţi vigilent, atent, și când această primă rază apare o aspiraţi astfel veţi începe să beţi soarele. În loc numai să-l priviți și să-l respiraţi îl beţi, îl mâncaţi și va imaginaţi că această lumină care este vie se propagă în toate celule organelor voastre fortificându-le, înviorându-le, purificându-le.

Acest exercițiu vă ajută să vă concentraţi și rezultatele sunt fantastice: întreaga voastră fiinţă freamătă și ajungeţi să simţiţi ca realmente beţi lumina. Deci, beţi soarele și acest lucru vă va ajuta să rămâneţi vigilent, cu conştiinţa trează; nevoia de a continua să beţi vă va menţine în stare de veghe.

22. **FILOZOFIA UNITĂŢII**

Trebuie să lucraţi pentru a vă canaliza într-o singură direcţie; să domoliți în voi toate tendinţele eterogene și contradictorii, să le convingeţi, să le răpuneți, să vă impuneţi lor. și atunci când ați realizat o unitate a tuturor acestor energii, după ce ați învățat să le lansaţi și să le proiectaţi într-o direcţie unică, glorioasă, luminoasă, salvatoare, *veţi deveni un focar aprins,* atât de călduros și de puternic încât veţi putea străluci în toate direcţiile, precum soarele.

Preluaţi această idee și meditaţi asupra ei la răsăritul soarelui: cum să realizaţi în voi unitatea, suprimând tot ceea ce contravine, întârzie și împiedică idealul vostru și amplificând tot ce vă dă un elan formidabil, irezistibil. Astfel ziua și noaptea, energiile noi vor curge mereu în aceeaşi direcţie pentru a realiza o lucrare divină.

STELELE

NOAPTEA NE INVAŢĂ RELATIVITATEA LUCRURILOR

Ziua ne arată importanța lucrurilor de pe pământ, iar noaptea, dimpotrivă, ne arată relativitatea, chiar micimea lor. Dacă aveţi probleme, griji, nelinişti, dacă cineva v-a chinuit ,v-a jignit, contemplaţi stelele, noaptea, și veţi constata ca toate acestea se estompează, ca sunteţi deasupra acestor nimicuri, devenind, nobil, generos și râdeți chiar de aceste ofense și supărări. În fața acestei imensități unde totul este solemn, maiestuos, de ce să ne oprim asupra meschinăriilor alarmând o lume întreagă? Unii astronomi au recunoscut că munca lor le-a schimbat complet punctul de vedere: nemulţumirile, obstacolele, lupta pentru existență și-au pierdut din importanta lor și se mirau cum oamenii fac atâta caz pentru nimica toată!

LIMBAJUL STELELOR

Trebuie deci să ştim să lucram cu noaptea și stelele. Ah! Ce condiții minunate de pace, de linişte, de blândeţe pentru a ne contopi cu spaţiul! **Vă culcaţi în**

iarbă noaptea, când toata lumea doarme, şi-n liniştea tulburata doar de cântecul greierilor şi poate câteva broscuţe, priviţi în sus, la imensitatea plină de stele. **Începeţi să le înţelegeţi, să aflaţi ce sunt aceste lumi cu entitãţile şi inteligențele care le locuiesc**... Rămâneţi întinşi în iarba și încercaţi să *găsiţi steaua pe care o preferaţi, cea cu care aveţi mai multe afinităţi, și iubind-o, intraţi în legătură cu ea, imaginaţi-vă ca mergeţi către ea sau ca ea vine să vă vorbească.*

Când eram foarte tânăr, mi s-a întâmplat să dorm pe vârful din Maussala (3000m cel mai înalt vârf al masivului Rhodope și punctul culminant al Bulgariei). Nu înţelegeam chiar tot ce-mi spuneau stelele, nu înţelegeam, dar le iubeam, întregul meu suflet era extaziat. Ele străluceau, îmi trimiteau sclipiri, iar eu, în final, privindu-le cu atâta dragoste, clipeam din ochi și adormeam. A două zi dimineaţa coboram în câmpie, mă spălam și mergeam la răsăritul soarelui. Noaptea ziua le înlănțuiam pe amândouă în aceeaşi lucrare. Și iată că acum încep să înţeleg că aceste stele îmi șopteau lucruri pe care nu le-am putut probabil încă descifra, dar pe care sufletul meu le capta, le înregistra și ale căror urme le păstrează încă. De-abia mai târziu, puţin câte puţin, începem să înţelegem aceste revelaţii ale stelelor.

Despre ce vorbesc stelele? Ele povestesc istoria sublima a gloriei Celui Etern.

ACŢIUNEA GÂNDULUI

Atât de mult s-au obişnuit oamenii să lucreze la suprafaţa lucrurilor, încât acum e foarte greu să dobândească o altă concepţie. Ei nu văd **ca în**

lucrarea gândului există posibilităţi nemaipomenite pe care nici o altă activitate nu le-ar putea procura.

Să luam exemplu câteva imagini. Când facem extracția dintr-un minereu de fier, de cupru etc... sunt necesare tone și tone de mineral pentru a obţine o anumită cantitate de metal. Restul este steril, pământul pe care trebuie să-l aruncăm. Pentru a obţine câţiva litri de esenţă de trandafiri în Bulgaria, sunt necesare vagoane de petale. și iată, un litru din această esenţă de trandafiri valorează o avere, atât este de preţioasă.

Toate muncile oamenilor constau în cea mai mare parte, de a lucra tone de steril, materia cea mai grosieră în timp ce lucrarea gândului permite extragerea chintesenţei. Dacă nu ştiţi să lucraţi cu gândul pentru a vă concentra, a vă controla, a vă domina, a vă orienta energiile și a le dirija către regiunile superioare, tot ce veţi putea obţine va fi asemănător cu vagoanele de mineral care vă vor sufoca și de care nu veţi scăpa până nu veţi învăţa să-i extrageţi esenţa. Pentru a extrage esenţa, iniţiaţii lucrează atât de mult. Această esenţă este ceva imponderabil, care dă un gust și un sens tuturor lucrurilor. *Chiar dacă ați poseda toate bogăţiile pământului, dacă nu aveţi această chintesenţă care se află în planul mental, vă veţi simţi sărac, gol, neliniştit, nemulţumit. Fiindcă nu cantitatea de materie dă un sens vieţii ci calitatea sa, chintesenţa* .

UTILIZIREA GÂNDULUI ÎNTOTDEAUNA NUMAI PENTRU BINE

În general, spiritualiştii ştiu că gândul este o forţă care poate prinde formă și realiza ceva, dar ei ignora perturbările pe care le poate provoca un gând în marele organism cosmic căruia îi aparţin toţi. Ei nu se întreabă niciodată dacă proiectele pentru care se concentreaza fără încetare sunt în acord cu planurile lui Dumnezeu și se îndârjesc cu o violență nemaivăzută să obţină ceea ce doresc. Nu, trebuie înţeles că gândul nu trebuie să servească pentru a obţine bani, a seduce femei (sau bărbaţi), a cîştiga bunuri pe care viaţa refuză să le ofere. **Gândul trebuie întotdeauna dirijat către binele tuturor, el trebuie să aibă un scop impersonal, dezinteresat, fericirea tuturor semenilor, înfăptuirea Împărăţiei lui Dumnezeu pe pământ** .

ROLUL MUZICII în ACŢIUNEA GÂNDULUI

Muzica reprezintă un curent puternic, el produce în noi impulsuri, elanuri, de aceea trebuie s-o utilizăm pentru a **ne pune în legătură cu idealul nostru pentru a regăsi momentele preţioase spirituale pe care le-am trăit**. Ascultând muzică trebuie să facem apel la tot ce este mai bun în noi; trebuie să fie ca vântul, care sufla în pânzele ambarcațiunii noastre pentru a o conduce spre predestinarea sa celestă.

CONCENTRAREA

Dacă sunteţi egoist şi încercaţi cu orice preţ să vă concentraţi, daţi un șoc violent celulelor voastre. Trebuie să fiți diplomat cu celulele voastre ele nu trebuie să se îndoiască de ceea ce doriți să le cereţi. Începeţi dar prin a le linişti apoi căutaţi să le

călăuziţi încet uşor, cu pricepere, și astfel vă veţi atinge scopul vă puteţi concentra asupra problemei care vă preocupă. Procedaţi astfel în etape succesive până în momentul când se va realiza în voi un echilibru atât de mare și de puternic încât toate celulele vor colabora cu voi. Aţi dat o atât de bună orientare gândului vostru încât el va continua tot timpul în aceasta direcţie.

MEDITAŢIE, CONTEMPLARE, IDENTIFICARE

Meditaţia este o activitate a intelectului care caută să pătrundă adevărurile spirituale.

Contemplarea este o activitate a inimii sau a sufletului care se opreşte asupra unei imagini, unei calităţi sau a unei virtuţi pentru a se bucura de lumina sa de frumuseţea sa și de a comunica cu ea.

În fine, *deasupra meditaţiei și a contemplării există ritualul magic care este o activitate a voinţei, a spiritului care se identifica cu Creatorul pentru a crea .*

MEDITAŢIA

Meditaţia este ca mestecatul alimentelor. Când puneţi alimentele în gură și le mestecaţi, glandele lucrează, iar prin limbă absorbiți energiile cele mai subtile, mai spirituale. Meditaţia este mestecatul gândurilor. Dar evident, când vorbim de meditaţie se înţelege că gândul se ataşează unor probleme de ordin filozofic, spiritual, mistic.

Meditaţia trebuie să vă conducă spre o lume mai înaltă și să vă aducă lumina și pacea.

1. MEDITAŢIA CA MIJLOC DE REALIZARE

Trebuie să începem să meditam asupra unor subiecte accesibile. Fiinţa umană este astfel construită ca nu poate trai natural într-o lume abstractă. Trebuie mai întâi să se agaţe de ceea ce este vizibil, tangibil, de lingă el, de ceea ce iubeşte. Să presupunem ca iubiţi frumuseţea sau inteligenta şi ca aţi dori s-o obţineţi. Încercaţi atunci să vă concentraţi pentru a vă imagina aşa cum aţi dori să fiţi contemplaţi această fiinţă care aţi dori să deveniţi şi veţi simţi bucuria voastră, încrederea şi vitalitatea voastră ca şi cum aţi gusta înainte de ceea ce vi se va întâmpla într-o zi. Faceţi acest exerciţiu timp de zece, douăzeci de minute, imaginaţi-vă ca ceea ce doriţi s-a realizat deja contemplaţi-vă în lumină, lingă Dumnezeu, făcând lucruri magnifice. Gândul care pregăteşte astfel terenul vă va conduce din ce în ce mai mult către realizarea a ceea ce doriţi.

Numai ca încă odată, **studiaţi-vă bine dorinţele şi proiectele voastre fiindcă dacă sunt prea personale, dacă nu vibrează în armonie cu ordinea stabilită de Dumnezeu în întreaga creaţie, ele vor intra în conflict cu legile divine, cu existente, cu entităţi, cu un întreg ordin vibrator şi nu veţi reuşi**. Sau dacă veţi reuşi, va fi şi mai rău. În aceste condiţii e mai bine să nu reuşiţi. Eşecul vă va face cel puţin să evitaţi tot felul de decepţii şi accidente şi pentru ca nu aţi reuşit, veţi fi scutit de toate acestea.

2 .CELE MAI BUNE SUBIECTE DE MEDITAŢIE

a) A fi un instrument în mâinile divinităţii .

Toate subiectele meditaţiei sunt bune: sănătate, frumuseţe, bogăţie, inteligenta, putere, glorie.

Dar cel mai bun exercițiu este de a medita **asupra lui DUMNEZEU Însuşi**, pentru a ne impregna cu dragostea lui, de a medita în scopul de a-l servi de a ne supune Lui, de a ne uni cu El.

Vă simţi ca un instrument total abandonat în mâinile lui Dumnezeu, pentru că El să gândească prin voi, să acţioneze prin voi. Va abandonaţi în voia înţelepciunii, luminii, vă aflaţi în slujba luminii, iar Lumina, care ştie tot, vă va ajuta.

b) Realizarea Cerului pe pământ

Pentru că omul a fost trimis pe pământ, el trebuie să ştie ce are de făcut. Iisus a spus: **„Precum în cer, aşa şi pe pământ”**. Dar care pământ? **Pământul nostru, corpul nostru fizic**. Deci, după ce am făcut lucrarea spirituală necesară pentru a atinge înaltul, cerul, trebuie să coborâm pentru a organiza totul jos. Nemurirea este în înalt, lumina este în înalt, armonia este în înalt. Dar de ce tot ce este sus nu s-ar putea întrupa jos, în lumea fizică?

Filozofia lui Hristos este de a face să coboare cerul pe pământ adică să se realizeze Împăraţia lui Dumnezeu și Dreptatea Sa. Iisus a lucrat pentru aceasta Împărăţie. Deci de aici trebuie să începem munca noastră, de la corpul nostru fizic.

Iată deci cele mai bune două subiecte de meditaţie: cum să ne consacram în întregime în serviciul Divinităţii și cum să realizam, concretizam, materializam pe pământ tot Cerul care este în înalt. Sensul vieţii este conţinut în aceste două activităţi.

Ceea ce este în afara acestor două activităţi are o semnificaţie, bineînţeles, dar nu una divină.

CONTEMPLAREA

Contemplarea este o activitate a sufletului. În contemplare fiinţa participă cu totul, sufletul se deschide, se oferă, realizează o fuziune cu obiectul contemplării.

Contemplarea este forma cea mai înaltă a rugăciunii. Prin rugăciune va ridicaţi până la contemplarea splendorilor divine și, în fața acestor splendori, simţiţi o dilatare extraordinară, gustaţi extazul. În acest extaz conştiinţa voastră se întinde, îmbrăţişaţi universul, va dilataţi la dimensiunile Divinităţii.

Toţi cei care au cunoscut aceste încântări ale contemplaţiei au avut senzaţia că nu mai sunt pe pământ în corpul lor fizic limitat ,ci se simţeau înecați în Sufletul Universal fuzionaţi cu El...

Imediat, bineînţeles, vor cobori din nou, vor începe munca lor zilnică, dar, pentru câteva minute, câteva ore, au trăit în infinit în contopire, în extaz.

IDENTIFICAREA

Scopul lucrării spirituale este identificarea cu divinitatea. În India, iniţiaţi au rezumat aceasta acţiune prin formula „Eu, este El” adică numai El exista, eu nu exist, eu sunt doar o reflectare, o repetare, o umbră. În realitate, noi nu existam ca fiinţe separate, noi facem parte din Domnul, nu exista decât El, iar noi suntem o proiecţie a Lui. Când discipolul spune „Eu sunt El” el înţelege ca nu există în afara

Domnului și că legându-se conştient de el, se apropie de El devenind într-o zi Creator ca și el.

RUGĂCIUNEA

1. CEA MAI BUNĂ RUGĂCIUNE: SĂ CEREM DOMNULUI SĂ NE IA în STĂPÂNIRE.

Cum noi nu ştim care sunt proiectele Domnului referitoare la noi, trebuie să-i cerem să ne lumineze, iar dacă rămânem încă nelămuriți trebuie să-l implorăm, zicând: Doamne, n-am ajuns încă să te înţeleg bine dar fă cel puţin ceea ce trebuie: împinge-mă chiar fără ştirea mea să împlinesc voinţa ta, serveşte-te de mine, pune stăpânire pe mine, fă în mine lăcașul tău.

Se poate să nu cunoaştem voia Domnului la un moment dat. Cunoaştem bineînţeles direcţia generală: întotdeauna binele, dezinteresarea, sacrificiul, iubirea, abnegaţia, bunătatea, generozitatea etc. …Dar sunt cazuri când nu putem şti cu precizie ce aşteaptă el de la noi. Și atunci, pentru ca ne lipseşte clarviziunea, luciditatea trebuie să spunem: „**Dumnezeul Meu, realizează-ti Voinţa Ta chiar dacă este împotriva voinţei mele”**. Nu este dat tuturor oamenilor să aibă idei clare despre utilitatea sau valoarea celor pe care vor să le întreprindă, uneori realizam orbeşte proiectele lui Dumnezeu.

Trebuie să imploraţi Cerul și să cereţi chiar cu ameninţări ca într-o zi, se va putea servi în fine de voi. Spuneţi: „Iată, în sfârşit am înţeles. Nimic nu este de făcut cu natura mea inferioară, este încăpățînată, rezistentă, coruptibila; nu voi reuşi să o modific. O, Entităţi Celeste, înlocuiţi-o trimiteţi-mi creaturile cele

mai perfecte cele mai minunate pentru ca ele să se instaleze în mine să mă instruiască și să conducă direcţia vieţii mele. Fiindcă secolele și mileniile n-au fost necesare pentru a o schimba, atunci limiteaz-o înlocuieşte-o prin spirite luminoase capabile s-o supună și fă astfel ca în ciuda voinţei mele să reuşesc să realizez planurile tale”.

Când va rugaţi „**Doamne Dumnezeule, vino şi înlocuieşte personalitatea mea preia Tu însuţi direcţia vieţii mele”**, nu acţionaţi numai în planul fizic, asupra particulelor materiale ale corpului vostru, ci mai ales asupra memoriei celulelor, a clişeelor înregistrate, iar vechile obiceiuri sunt înlocuite prin calităţi și virtuţi.

Iată una din cele mai bune rugăciuni din lume: toate celulele conţin un element personal, un interes, un calcul; dorim să câştigăm bunăvoinţa Domnului, în timp ce în această rugăciune, vă oferiți întreaga voastră viaţă spunând: „**Iată-mă Doamne, sunt gata să mor, Tu îmi poţi lua viaţa, mă poţi face să dispar, dar trimite-mi entităţi celeste care să-mi înlocuiască natura mea inferioara ca să te pot sluji**”.

2. **O metodă de rugăciune**

Voi spuneţi că vă rugaţi, dar ca nu aveţi rezultate. Iată un mod foarte simplu, dar eficace, să intraţi în legătură cu Domnul. În momentul în care vreţi să vă rugaţi, creaţi următoarea imagine: aceea a unei mulţimi de spirite dispersate în lumea întreaga, care, acolo unde se află, sunt concentrate asupra Creatorului. Prin gând vă legaţi de aceste fiinţe pentru a vă ruga cu ele, astfel vocea voastră nu mai este

izolata în pustiul vieţii și voi vă îndreptaţi spre Cer împreună cu alte mii de fiinţe luminoase. O astfel de rugăciune este întotdeauna auzită din cauza multitudinii fiinţelor și beneficiaţi și voi prin aceasta.

Rugăciunea voastră nu-și atinge scopul fiindcă acţionaţi singur. Secretul este în a intra în legătură cu toţi cei care se roagă, fiindcă există în orice moment în lume fiinţe care se roagă.

TOATE PUTERILE SE AFLĂ în GÂND

Adevăratul discipol este convins ca gândul este o realitate și că toate puterile există în gând. Ştiind asta, chiar în circumstanţele cele mai nefavorabile ale vieţii, în timp ce alţii sunt nefericiți, discipolul poate acţiona prin gând; el nu pierde niciodată o clipă și nimeni nu-l poate opri; Este liber, este deasupra tuturor, este un Creator.

Cei care n-au obiceiul să lucreze cu gândul se plâng întotdeauna că le lipseşte ceva că sunt asupriți, limitaţi; găsesc mereu motiv să fie nefericiți pentru că nu au descoperit că Dumnezeu a dat fiinţei umane toate posibilităţile, dar numai în domeniul mental.

În ziua în care vor şti să profite de toate circumstanţele vieţii pentru a se menţine în înălţimi, gratie gândului, ei vor plana asupra a tot.

PLEXUL SOLAR

IMPORTANŢA PLEXULUI SOLAR

Plexul solar dirijează toate funcţiile corpului fizic; de el depinde respiraţia, eliminarea, nutriția, creşterea, circulaţia, sistemul nervos. Prin intermediul

plexului solar omul **poate comunica** într-adevăr **cu Universul**, fiindcă plexul solar **este conectat cu întregul cosmos**. Este deci un centru foarte important pentru noi și trebuie să evitam tot ce l-ar putea contracta, contracţia vaselor sanguine și a diferitelor canale ale organismului; iar **când** sângele sau celelalte lichide ale organismului ***nu circulă cum trebuie, se formează depozite care, cu timpul vor da tot felul de tulburări***.

CUM SĂ ÎNTĂRIM PLEXUL SOLAR

Ceea ce perturbă cel mai mult *plexul solar* și prin urmare organele interne: ficat, rinichi, stomac etc. *sunt frica, furia, grijile, îndoiala, dragostea dezordonata, gândurile și sentimentele haotice;* cum plexul solar este rezervorul forţelor, consecinţa acestor dezechilibre *este o demagnetizare totală*.

Dar, aşa cum plexul solar se poate goli, el se poate și umple și acest aspect trebuie să-l cunoască discipolul: cum să-și reîncarce plexul solar.

Va voi da câteva **metode:**

1. Fiecare arbore este un rezervor de forte provenite de la apă și din pământ și noi putem extrage aceste forțe.

a) **Alegeţi un copac mare**: un cedru, un stejar, un fag, sau un brad

b) vă sprijiniți cu spatele de el, plasându-vă mâna stingă la spate, cu palma pe trunchiul copacului

c) în acelaşi timp puneţi palma mâinii drepte pe plexul solar.

d) vă concentraţi asupra copacului, rugându-l să vă dea o parte din forţele sale.

Se produce atunci o transfuzie a acestor energii pe care le veţi recepţiona prin mina voastră stângă și pe care le veţi transmite prin mâna dreaptă în plexul solar. După aceea **mulţumiţi copacului**.

2. Vă puteţi fortifica plexul vostru solar **ascultând şi privind cum curge un izvor, o cascadă, o fântână**. Este o metoda în aparență nesemnificativă dar care dă mari rezultate. Apa care curge influenţează plexul solar care reîncepe să lucreze, eliminând substanţele nocive.

3. **Când meditaţi asupra subiectelor înălţătoare şi divine**, va puteţi pune mina la nivelul plexului solar pentru a-l alimenta cu forţă și energie, pe care le veţi putea utiliza mai târziu. Când va simţiţi plini de bucurie sau de forţă, nu le risipiți inutil în gesturi, cuvinte, în gânduri și sentimente, ci utilizaţi această metodă **puneţi-vă mâna dreaptă pe plexul solar meditând şi încărcaţi-l în linişte cu aceasta forţă şi bucurie**.

Plexul nostru solar este banca unde putem strânge banii care ne vor fi mai târziu necesari. Putem face în fiecare zi acest exercițiu.

CREIERUL şi PLEXUL SOLAR

Plexul solar este un creier inversat: în creier materia cenușie este la exterior iar substanţa albă la interior, în timp ce în plexul solar *substanţa cenușie este în interior iar substanţa albă la exterior.* **Plexul solar a creat creierul şi îl alimentează,** îi trimite energie, forţă, iar *când nu-i mai poate trimite*, omul

adoarme, este îndobitocit sau *are dureri de cap, nu mai poate gândi.*

În realitate, creierul nu este despărţit de plexul solar, dar puţin sunt oamenii care ştiu cum să-și *ridice energiile de la plexul solar la creier*.

Creierul este dinamic, activ, dar se oboseşte repede dacă nu este susţinut de energiile plexului solar. De aceea, înainte de un efort intelectual, înainte de a medita, de a vă concentra, trebuie să acţionaţi asupra plexului vostru solar. **Masaţi-l de exemplu, în sens invers acelor de ceasornic**. După câteva minute veţi simţi ca gândul vostru este liber, uşor, și că vă puteţi pune pe lucru.

Trebuie ca activitatea să fie armonic repartizata între creier și plexul solar.

PICIOARELE şi PLEXUL SOLAR

În anumite împrejurări banale ale vieţii de zi cu zi, ați remarcat, fără doar și poate, **existența unei legături între picioare şi plexul solar**. Când vă este foarte frig la picioare, resimțiți o contracţie în plexul solar și dacă veţi mânca în acel moment, veţi avea indigestie. Dacă vă puneţi picioarele în apă fierbinte, veţi simţi o dilatare în plexul solar, o senzaţie foarte plăcută care vă dă bună dispoziție.

Deci, atunci **când vă simţiţi demagnetizaţi, perturbați sau contractaţi, pregătiţi apă caldă, scufundaţi-vă picioarele şi începeţi să le spălaţi cu atenţie**; acţionaţi astfel asupra plexului solar, dându-i forţă, iar starea conştiinţei voastre se va transforma imediat. Dacă într-o zi, acasă, nu reuşiţi să meditaţi, faceţi o baie la picioare și veţi avea o uşurinţă mult mai mare pentru a vă concentra.

CENTRUL HARA

Centrul Hara se află la patru centimetri sub ombilic. Pentru înţelepţii japonezi, centrul Hara **este centrul vieţii, al echilibrului, centrul universului**. Iar când omul, concentrându-se asupra lui reuşeşte să-l dezvolte, devine neobosit, de neînvins. Toţi cei care au lucrat asupra centrului Hara se disting în viaţă print-un echilibru extraordinar.

EXERCITIU

Câteodată, *când meditează, iniţiaţii îşi plasează mâinile pe abdomen*. Concentrându-se asupra acestei regiuni Hara, fac să circule energiile care trebuie să alimenteze întregul organism. și voi puteţi face acest exerciţiu. În fiecare zi, stând în picioare, şezând sau culcat, puneţi-vă câteva minute mâinile pe centrul Hara, *trimiţându-i multa iubire.* Fiți atenţi însă să nu treziți nimic mai jos. Acest exercițiu poate declanşa energii spirituale datorită cărora încercaţi *senzaţii de stabilitate, de forţă, de dilatare.*

Acest centru este menţionat în multe scrieri oculte dar în moduri foarte diferite. De exemplu, alchimistul Basile Valentin, în cartea să „Cele douăsprezece chei” vorbeşte de coborârea în centrul pământului pentru găsirea pietrei filozofale. În realitate nu este vorba de a cobori în centrul planetei ci de a pătrunde în noi înşine, în corpul nostru fizic, pentru ca acolo vom găsi materiale, bogăţii și comori. Se spune în *cărţile sacre ale Indiei că Brahma se afla în abdomen, Vishnu în regiunea inimii și a plămânilor iar Shiva în creier.* Oare Brahma, Creatorul, este situat în abdomen? Când

studiem fiinţa umană, constatam că abdomenul este chiar centrul unde se crează viaţa. Da, sursa vieţii este acolo, în abdomen. Se spune acelaşi lucru și în *Evanghelie: „Din sinul sau vor izvorî fluvii de apa vie”.* De ce din sinul sau? De ce nu din creier sau din plămâni? Ce este în viscere ca să poată ieşi apă vie? Deci acolo locuieşte Brahma, Creatorul. Dar pentru a-l simţi, pentru a putea comunica cu El, sunt necesari *ani de lucru*.

Dincolo de povestea naşterii lui Iisus într-o iesle se afla ceva extrem de profund. **Aceasta iesle unde s-a născut Iisus, este centrul Hara**, fiindcă ceea ce a produs în momentul naşterii lui Iisus, se reproduce într-o fiinţă umană când este pregătită să se nască în lumea spirituală, ceea ce ştiinţa inițiatică numeşte a doua naştere.

Deci, naşterea lui Iisus într-o iesle, **are o încărcătură inițiatică** de cea mai înaltă importanță. La acest nivel, al centrului Hara discipolul trebuie să facă să se nască în el noua conştiinţă, ca a copilului Iisus.

METODELE LUMINII
A FACE DIN LUMINĂ O PREOCUPARE CONSTANTĂ

Trebuie să căutăm lumina, să ne concentram asupra ei, s-o bem, s-o mâncăm, s-o situam deasupra tuturor fenomenelor pământului. De îndată ce aveţi un moment liber, închideţi ochii și vă **concentraţi asupra imaginii de lumină care pătrunde peste tot şi aduce toate binecuvântările**. Aveţi de aşteptat la dentist sau la gară; în loc să răsfoiți

revistele presărate cu lucruri inutile sau stupide, gândiţi-vă câteva minute la lumină.

Când mergeţi pe strada, opriți-vă o clipa în fața unei vitrine, dând impresia ca o priviți și concentraţi-vă câteva secunde încercând să introduceţi lumina în voi. Când veţi porni din nou, vă veţi simţi ușurat, purificat. Acest exercițiu este valabil în toate împrejurările fie că gătiți în *bucătărie, că scrieți scrisori, că vă spălaţi, că vă îmbrăcaţi sau dezbrăcaţi, puteţi timp de câteva secunde să vă imaginaţi aceasta lumina în care se scalda întreg universul*. Unii clarvăzători o vad, cum toate creaturile, toate obiectele, chiar și pietrele se scaldă în lumină și emană această lumină.

Când medităm în linişte, lăsaţi la o parte toate preocupările voastre și concentraţi-vă asupra luminii ca și cum salvarea voastră ar depinde de ea. Iată, gândiţi ca trăiţi ultima clipa înainte de a părăsi pământul și că numai lumina vă poate salva și vă legaţi de ea. *Lumina, nimic altceva nu trebuie să conteze.*

Va puteţi imagina această lumină albă, incandescentă și atunci spuneţi ca și iniţiaţii: „**Sunt frântură din frântura Sufletului Incandescent**”. V-o puteţi imagina violetă, albastră, verde, galbenă, portocalie sau roşie. Dar este mai bine să fie alba, fiindcă lumina albă le reunește pe toate celelalte.

În această lumină albă aveţi întreaga putere a violetului, pacea și adevărul albastrului, bogăţia și tinereţea verdelui, înţelepciunea și cunoaşterea galbenului, sănătatea, vigoarea, vitalitatea portocaliului, forţa, activitatea și dinamismul roșului. Dar mai întâi trebuie să fie albă.

Când veţi reuşi să vă concentraţi asupra luminii, să o simţiţi ca pe un ocean care vibrează, palpită, freamătă, unde totul este pace, fericire, bucurie, veţi

începe să simţiţi că **această lumină este şi parfum şi muzică** - *acea muzică cosmică numită muzica sferelor* – cântarea a tot ce există în univers.

Nu există o lucrare mai demnă, mai glorioasă, mai puternică, cum este lucrul cu lumina; dacă vreţi într-adevăr să faceţi ceva măreţ, nobil, nu este decât aceasta.

LUMINA CARE LINIŞTEŞTE şi VINDECĂ

Când vă simţiţi sufletul întunecat de o durere, de o dificultate de o îndoială, mergeţi către lumină și vorbiți-i: „**O, lumină, tu care eşti cea mai inteligentă, intra în mine, vino să-mi luminezi inima şi mintea**”. și ea va veni să vă lumineze.

Dacă vreţi să ajutaţi pe cineva care e la greu, trimiteţi-i prin gând raze de lumină, străpungeți-l cu această lumină. Dacă simţiţi durere în cap, în corp, apelaţi la lumină, imaginaţi-vă că din degetele voastre ies raze de toate culorile și dirijaţi-le către locul dureros. După un timp, veţi constata o ameliorare.

Elixirul vieţii fără moarte este lumina condensată.

LUMINA CARE PROTEJEAZĂ

O persoană este violentă cu voi; vă blochează și vreţi să vă protejaţi contra acţiunilor sale. Învăluiţi-vă în lumină și învăluiţi-o și pe ea, astfel nu va mai putea să-și duca la capăt planurile sale.

Mergeţi pe stradă noaptea și nu sunteţi prea liniştit: rugaţi lumina să vă însoţească și ea va veni să vă lumineze și să vă păzească de pericole. Evident, trebuie să fiți rezonabil și să nu vă expuneţi fără motiv

și imprudent pericolelor crezând că Cerul n-are altceva mai bun de făcut decât să vegheze asupra faptelor voastre. *Nu răufăcătorii în sine vor simţi lumina ci spiritele malefice care-l însoţesc și care, speriate de lumină, îi vor indemna să fugă.*

LUMINA CARE ADUCE ARMONIE şi IUBIRE

Dacă doriți ca familia voastră să trăiască în armonie, gândiţi-vă ca întreaga voastră casă pluteşte în lumină.

Dacă vreţi să fiți bine primiți de prietenii pe care îi vizitaţi, reculegeţi-vă mai întâi și *trimiteţi lumină în casa unde doriți să mergeţi și apoi intraţi.* Cea mai mare parte a oamenilor merg la prietenii lor atunci când sunt în întuneric, nemulţumiţi, iritați, neliniştiţi. Astfel se pierd prietenii.

Dacă vreţi să atrageţi dragostea cuiva, să ştiţi că sunt interzise toate mijloacele prin care ați vrea să reuşiţi: bani, seducţie sau violenţă. Singura modalitate permisă, singura cu adevărat puternică, este să *trimiteţi fiinţelor pe care doriți să le atrageţi cadouri de lumină pe care să le răspândiţi în jurul lor*. Doriți ca cineva să vă iubească și să se gândească la voi? Trimiteţi-i lumină, sufletul său va recepţiona aceste unde, vă va aprecia din ce în ce mai mult și va începe să se preocupe de voi.

LANSAŢI CĂTRE CER SEMNALE LUMINOASE

Întreaga lume reprezintă un ocean obscur, iar voi sunteţi ca nişte vase rătăcite în noapte. *Pentru a putea fi găsiţi de spiritele care vor să vă vina în ajutor,*

trebuie să lansaţi în noapte semnale luminoase. Acest semnal este de fapt lumina pe care omul o proiectează în jurul sau pentru ca spiritele sublime să-l poată găsi printre tenebre. Se spune *„Rugaţi-vă”, adică trimiteţi către Cer curenţi de lumină*. Lumii invizibile nu-i place să se ocupe de ceea ce este stins și dacă vreţi să-i atrageţi atenţia, aprindeţi-vă lămpile.

***EXERCITIU COLECTIV*:**

SOARELE CARE LUMINEAZĂ LUMEA

Concentraţi-vă și imaginaţi-vă că sunteţi înconjurat de o lumină strălucitoare și că aceasta străluceşte atât de intens încât luminează lumea întreagă. Fiecare trebuie să se simtă el însuși ca un soare care îşi materializează razele și se uneşte cu alţi sori pentru a forma un soare unic. Puneţi-vă această lumină în inimă, în minte, contemplaţi razele ei multicolore. Străluciți, uniți cu toţii, pentru intriga lume și uitaţi, în timpul exercițiului, orice altă problemă.

LUMINA, IMAGINEA LUI DUMNEZEU

Trebuie să ne imaginam o lumină orbitoare în care totul vibrează, palpită, ca și cum ar fi cufundat într-un ocean infinit: Sorii, Îngerii, Arhanghelii. *Această lumină în care se topesc toate formele, este adevărata imagine a lui Dumnezeu*.

AURA

Toate fiinţele vii, oameni, animale, plante și chiar pietre emit particule, produc emanaţii, iar aceste

particule și emanaţii formează aura. Pentru om, aura este o combinaţie a emanaţiilor diferitelor sale corpuri: fizic, eteric, astral, mental, cauzal și atmic, fiecare corp aducând nuanţe particulare. *Aura este deci o sinteză foarte largă a diferitelor tendinţe, calităţi și virtuţi omeneşti*. La anumite persoane aura este foarte întinsă, foarte vastă; cu vibraţii intense și culori splendide; la alţii din contra, este mică, cenușie și încețoșată.

AURA CA INSTRUMENT DE PROTECŢIE

Cea mai bună protecţie este o aură în bună stare. Dacă avem o aură pură, luminoasă și puternică, nici o perturbare de pe pământ nu ne poate atinge deoarece ea este ca o barieră care se opune curentelor malefice și tulburărilor de orice fel. Înconjurat de o astfel de aură, discipolul este într-o fortăreaţă și când toţi în jurul lui sunt agitaţi, tulburaţi, demagnetizaţi, el îşi păstrează încă iubirea și curajul fiindcă se simte locuit de o lumină interioară gratie căreia îi poate ajuta și pe alţii.

CULORILE AUREI CA PUNCTE DE REFERINŢĂ

Aţi vrea să fiți capabili să distingeţi peste tot adevărul de fals, aveţi nevoie de un punct de referinţă, de un eșantion pentru a putea recunoaşte adevărul; acest eșantion nu-l puteţi avea dacă nu posedaţi în aura culoarea albastru, veritabila culoare albastra, fiindcă ea vă va ghida. Căutaţi înţelepciunea, inteligenta, le veţi găsi datorita culorii galben din aura voastră, etc...

CUM SA LUCRAM ASUPRA AUREI

Puteţi lucra asupra aurei în două moduri.

1. Mai întâi, *prin voinţă conştientă, imaginându-vă că înotaţi în culorile cele mai pure, mai luminoase*. Pentru a avea o idee exactă asupra celor 7 culori, trebuie să folosiți o prismă, numai acestea sunt culorile adevărate. Cele pe care le vedeţi în natură la flori, păsări, cristale, sunt doar nuanţe mai mult sau mai puţin apropiate de culorile veritabile*. Cu ajutorul prismei veţi vedea adevăratele culori.* Puteţi face un exercițiu imaginându-vă ca din voi ies culorile și se propagă în spaţiu. Vă aflaţi în centrul unei sfere și de acolo trimiteţi iubirea voastră în tot universul ca pe nişte proiecţii de culori și lumină.

2. A doua metodă constă în *a lucra asupra virtuţilor: puritate, indulgență, generozitate, bunătate, speranţă, credinţă, smerenie, dreptate, dezinteresare*. Această metoda este mai sigură. Lucraţi asupra virtuţilor și ele vă formează aura. Prin iubire îi daţi viaţă, prin înţelepciune o faceţi mai luminoasa, prin forţă caracterului o faceţi mai puternica, printr-o viaţă pura, mai limpede și clara. În funcţie de virtuţile dezvoltate se vor dezvolta și calităţile aurei.

Bineînţeles, dacă veţi putea reuni aceste două metode, va fi și mai bine. Dacă în fiecare zi vă concentraţi asupra aurei dar duceţi o viaţă cu totul obişnuită, fără să căutaţi a vă dezvolta nişte virtuţi, ceea ce construiți pe o parte, dărâmaţi pe cealaltă. De aceea trebuie să folosiți ambele metode: să duceţi o viaţă cinstită, pură și plină de iubire și în acelaşi timp să lucraţi conştient asupra aurei.

Pe măsură ce se va dezvoltă, aura vă va permite să comunicaţi cu toate regiunile spaţiului.

CORPUL DE SLAVA

În Noul Testament se menţionează că posedăm un corp incoruptibil, un corp de lumină pura, corpul de slava. În *trecutul îndepărtat, puteam călători în spaţiu grație lui, pentru a vedea și cunoaşte totul*. Dar, fiindcă am neglijat acest corp, prin coborârea noastră în regiunile foarte dense ale materiei, acum este lipsit de orice posibilitate de manifestare. Pentru a se dezvolta din nou și a-și relua funcţia lui primordială, trebuie să ne ocupam de el, să-l hrănim, fiindcă prin acest corp noi trăim etern și gratie lui ne vom recâştiga toate puterile pe care le posedam în trecut: animalele ne vor asculta, spiritele ne vor servi. *Toate forţele sunt la dispoziția celui care și-a dezvoltat corpul de slava fiindcă Dumnezeu vine să locuiască în acest corp și nu în cel fizic.*

CUM SĂ NE DEZVOLTĂM CORPUL NOSTRU DE SLAVĂ

Ce facem cu o sămânţă? O plantăm, ne ocupam de ea, o stropim și ea creste, devine arbore, adică un corp înflorit, viguros. Dar acest corp era deja acolo, în puterea seminţei, cu posibilităţile ei de dezvoltare ulterioară. Totul este conţinut în sămânţă: înălţimea sa, frumuseţea sa, fructele arborelui, dar el trebuie hrănit, udat, dacă nu, el moare.

Corpul de slava este în noi sub forma unei seminţe, a unui germen, iar **discipolul,** prin munca sa, **trebuie să-l alimenteze**. De aceea, când aveţi momente de trăire spirituala intensa, ca atunci când ascultaţi muzică, când sunteţi tulburat de un spectacol

de mare frumuseţe, atunci va hrăniţi corpul vostru de slava, îl fortificați. Sentimentele de iubire, încântare, sunt particule gratie cărora îl hrăniţi aşa cum femeia însărcinată îşi hrăneşte copilul cu sângele, gândurile, sentimentele sale*. Nu vă puteţi alimenta corpul de slavă decât cu elementele cele mai pure, mai luminoase*. Trebuie să fiți atent și să faceţi selecția gândurilor și sentimentelor voastre, iar când sosesc momente dificile, când resimțiți ură, gelozie, dorinţă de răzbunare, amintiți-vă imediat ca astfel încetiniți formarea corpului de slavă și schimbaţi-vă starea. El nu poate fi format decât de ce-i mai bun în noi. Dacă îl hrănim îndelung cu fluidele noastre, viaţa noastră, el devine luminos, strălucitor, puternic, nemuritor, fiindcă este format din materiale inalterabile, eterne și va face minuni, mai întâi în noi înşine și apoi în afara noastră.

Voi spuneţi: „Dar *cum să atragem aceste materiale?” Prin legea afinităţii*. Fiecare din sentimentele, dorinţele, gândurile noastre, are proprietatea de a atrage din spaţiu substanţe care îi corespund. Astfel gândurile bune, sentimentele și dorinţele pozitive, susţinute de o voinţă fermă, atrag particule dintr-o materie pură, eternă, incoruptibilă. Dacă discipolul lucrează în fiecare zi pentru a atrage aceasta materie, ea intra și se instalează în întregul sau organism și înlătură toate particulele vechi, prăfuite, terne, mucegăite până la reînnoirea completă a corpului fizic, eteric, astral și mental.

Pe de altă parte, cum fiecare particulă de materie este legată de o forţă, cu cât o materie este mai pură, cu atât vibrează și atrage forțe corespunzătoare purităţii sale. Astfel, *de câte ori vă înălţaţi în lumea divină pentru a o contempla sub toate formele sale de lumină, frumuseţe, muzică, armonie, culegeţi particule*

noi care atrag după ele forte, energii și spirite corespunzătoare.

Trebuie deci să vă autodepășiți pentru a atrage particulele cele mai pure, mai luminoase din oceanul eteric și să le ataşaţi corpului vostru de slavă. O puteţi face azi, la început în cantitate mică, apoi tot mai mult în fiecare zi. Faceţi-o dimineaţa când mergeţi la răsăritul soarelui: vă îndepărtaţi de pământ și vă legaţi de Cer, de soare, pentru a prelua câteva particule luminoase și a le adaugă corpului vostru de slavă.

CITEVA FORMULE şi RUGĂCIUNI

FORMULA PENTRU CONDUCĂTOR

„Doamne, protejează-ne de noi înşine
Şi de toţi cei care ne înconjoară
Păstrează-ne în lumină
Trimite-ne nouă un înger care să ne conducă”.

FORMULA PENTRU OPRIREA SÂNGELUI

Prin sângele lui Adam a venit moartea
Prin sângele lui Hristos a venit viaţa
Sânge, opreşte-te!(de trei ori)

RUGĂCIUNI

Doamne, nu-mi da prea mult
ca să nu Te uit
si nu mă lipsi de prea mult
ca să nu mă revolt!

D-zeul meu, Tu poţi dispune de mine după voinţa Ta

pentru slava și realizarea Împărăției Tale.

Tot ce este al meu Iţi aparţine, voi împlini voinţa Ta.

Dumnezeul meu, sunt al Tău servitor.

Inima pură ca un cristal
Intelectul luminos ca soarele,
Sufletul larg cum e universul,
Spiritul puternic ca D-zeu și unit cu D-zeu.

Doamne, iubesc Înţelepciunea Ta
Cred în Iubirea Ta
Sper în Puterea Ta.(de trei ori)

FORMULE ALE MAESTRULUI PETER DEUNOV

Nu există iubire ca iubirea lui Dumnezeu,
Numai iubirea lui Dumnezeu este iubire.

Nu există înţelepciune ca înţelepciunea lui Dumnezeu,
Numai înţelepciunea lui Dumnezeu este înţelepciune.

Nu există adevăr ca adevărul lui Dumnezeu,
Numai adevărul lui Dumnezeu este adevăr.

Nu există dreptate ca dreptatea lui Dumnezeu,
Numai dreptatea lui Dumnezeu este dreptate.

Nu există virtute ca virtutea lui Hristos,
Numai virtutea lui Hristos este virtute.

Nu există slavă ca slava lui Hristos,

Numai slava lui Hristos este slavă.

Nu există forţă ca forţa spiritului,
Numai forţa spiritului este forţa lui Dumnezeu.

FORMULA DE CONSACRARE

1.*Ardeti tămâie și spuneţi:*

„Prin Atotputerea nelimitată a Numelui lui Dumnezeu, IOD HE VAU HE, şi prin Atotputerea Mamei Divine şi a cuvântului Magic, fie ca toate entităţile impure şi malefice să fie izgonite din acest loc (sau obiect).

Va dăruiesc acest loc (sau acest obiect), O, Doamne Dumnezeule, Tatăl nostru; O, Mamă Divină; O, Hristos; O, Duh Sfânt, pentru onoarea voastră, pentru slava voastră, pentru Lumină, pentru a nu intra în stăpânirea nici unei forțe contrare. **Amin**. **Aşa să fie!”**

2. **„Dumnezeul meu, luminează-mă! Fiecare lucru să-mi apară aşa cum l-ai creat Tu**. **Luminează-mi calea!”**

3. **„Doamne, fa-mă să dispar în eternitatea Ta şi în Imensitatea Ta, iar în locul meu, vino să locuiești şi să te manifeşti Tu:**

ca înţelepciune prin inteligența mea,
ca iubire prin inima mea,
ca putere prin voinţa mea.

Pentru ca Împăraţia Ta şi Dreptatea Ta să coboare pe pământ.

RUGĂCIUNE PENTRU ARMONIE

Trebuie mai întâi să vă armonizaţi cu *Domnul,* Principiul Creator, Cauza primordială. Spuneţi: „**Dumnezeul meu, până în această zi nu am fost nici înţelept nici instruit, dar îmi văd greşelile şi sunt pregătit să mă îndrept, Te rog, dă-mi iertarea Ta**. **De acum înainte vreau să fiu în armonie cu Tine**. **Trimite-mi lumina Ta ca să nu calc poruncile Tale**. **Îngăduie-mi să Te contemplez**. **Te voi asculta, voi împlini voinţa Ta”**.

Vă adresaţi apoi *Îngerilor și Arhanghelilor:* „**Deseori ați venit să-mi aduceţi mesaje din partea Creatorului ca să mă avertizaţi sau să mă luminaţi, dar aflându-mă în tumultul pasiunilor nu v-am auzit vocea**. **Vă rog, continuaţi să-mi aduceţi lumina, pentru ca vreau să vă ascult**. **Ştiu că sunteţi cei mai mari slujitori ai lui Dumnezeu, vă respect şi vă iubesc”**.

Apoi va adresaţi Maeştrilor, binefăcătorii umanităţii, tuturor celor care s-au sacrificat până la capăt pentru cauza divină: „**Maeştrilor, nu v-am ascultat, crezând că tot ce contează este ştiinţa omenească**. **Acum vad că ceea ce aţi înţeles şi aţi descoperit era adevărul, esenţialul, voiesc să vă ajut şi să vă slujesc**. **Trimiteţi-mi cunoaşterea şi cunoştinţele voastre”**.

Vă armonizaţi apoi cu întreaga umanitate. Vorbiți astfel: dragii mei fraţi și surori, fie ca pacea și armonia să domneasca între noi! Să ne uităm slăbiciunile și imperfecţiunile, să uitam răul pe care ni l-am putut face și să lucram împreună în câmpia Domnului pentru

a transforma pământul într-o gradină a paradisului unde să trăim ca fraţii”.

Vorbiți apoi animalelor: „Voi, care la începutul creaţiei trăiați cu noi în armonie și pace, trebuie să vă ajutam deoarece din vina noastră ați devenit cruzi iar condițiile voastre de viaţă sunt dificile. Va trimit lumina pentru a avansa rapid pe calea evoluţiei”.

Vorbiți și plantelor: „O, voi plante, arbori, flori atât de încântătoare care acceptaţi să rămâneţi în nemișcare și să suportaţi toate intemperiile, ce exemplu sunteţi pentru noi! Vă mulţumesc pentru hrana, frumuseţea și parfumul florilor. Va trimit cele mai bune gânduri, vreau să fiu în armonie cu voi. Dăruiţi-mi prospeţimea și puritatea voastră iar eu vă voi dărui dragostea mea”.

Vorbiți pietrelor: „Voi care sunt sprijinul omenirii, solul pe care călcăm, voi care de mii de ani daţi un exemplu de stabilitate, care ne îngăduiți să vă folosim în ridicarea caselor noastre și a atâtor alte construcţii minunate, daţi-ne forţa voastră., în schimb noi vă vom da pe a noastră pentru ca într-o zi, în viitor, să vă puteţi trezi... Fie ca armonia să domnească de-acum între noi”.

Închideţi ochii şi repetaţi şi repetaţi întregului univers: „Vă iubesc, vă iubesc, vă iubesc, sunt în armonie cu voi”.

„**Doamne Dumnezeule Atotputernic,**
Creatorul Cerului şi al Pământului,
Stăpânul Universului,
Sursa vieţii eterne,
Lumina orbitoare a luminii,
Iubire şi împlinire,

Te rugam din toată inima, din tot sufletul, din tot spiritul, împlineşte-ne ruga şi trimite Spiritul Tău de Iubire, Înţelepciune, Adevăr pentru ca să se instaureze definitiv în Ghidul şi învățătorul nostru pentru a putea împlini țelurile Tale care sunt Împăraţia şi Dreptatea Ta pe pământ şi Era de Aur printre oameni.

Iar noi să participam deplin la aceasta lucrare măreaţă să te facem cunoscut ca Iubire, Frumuseţe, Splendoare în întreagă lume”.

Amin, aşa să fie!